

El adolescente ante su cuerpo

Cuerpo, vestido y sexo

Josep Toro Trallero

PSICOLOGÍA

PIRÁMIDE

Josep Toro Trallero

Médico psiquiatra y psicólogo.
Profesor Emérito de Psiquiatría de la Universidad de Barcelona

El adolescente ante su cuerpo

Cuerpo, vestido y sexo

PIRÁMIDE

Contenido

A Quim y Clara, que ya llegaron.
A Andreu, Mar y Nil, que, raudos, van de camino.

Considerar el cuerpo como una tumba, un templo, un enemigo, una máquina o el yo determina una gran diferencia en cómo conducimos nuestras vidas o tratamos nuestros cuerpos.

SPARKES, 1997

La experiencia de vivir en un cuerpo adolescente siempre está modelada por el momento histórico.

J. J. BRUMBERG, 1997

La moda es un estilo de vida, es una elección, es una libertad de expresión. Debes vivirla, debes amarla, debes respirarla. La vida es todo amor y glamour.

CHRISTINA AGUILERA, 2000

1. Introducción al tema

1.1. EL CUERPO

«Los eruditos sólo recientemente han descubierto que el propio cuerpo humano tiene una historia. No sólo ha sido percibido, interpretado y representado de manera diferente en diferentes épocas, sino también ha sido vivido diferentemente, desarrollado en culturas materiales muy dispares, sujeto a variadas tecnologías y procedimientos de control, e incorporado a diferentes ritmos de producción y consumo, placer y dolor». Así iniciaban su Introducción a un libro dedicado a la construcción del cuerpo moderno *(The making of the modern body)* dos relevantes especialistas en este tema, Gallagher y Laqueur, allá en la Universidad de California [1]. Sucede que nuestro cuerpo, nuestro sustrato biológico, nuestro enclavamiento en la naturaleza, es percibido por todos y cada uno de nosotros como un peculiar objeto exterior, que forma parte de nuestro ambiente, del entorno más cercano a nuestro yo, y, como todo cuanto nos rodea, nos influye y es objeto de nuestras actitudes, intereses y pasiones. Constituyendo el cuerpo una parte extremadamente íntima y relevante de nuestro ambiente, esas actitudes, pasiones y motivaciones suelen ser mucho más intensas y significativas que las despertadas por otras muchas realidades. No se nace con ellas; se adquieren en la sociedad en que uno nace y se desarrolla. Se basan, pues, en valores establecidos culturalmente. Por ello cambian con el tiempo, con los tiempos históricos. Son ideología.

El cuerpo siempre, en toda época, ha sido percibido e interpretado a través de criterios culturales. Es nuestro yo biológico completo evaluado culturalmente. De hecho, la palabra *cuerpo* puede significar diferentes realidades y diferentes percepciones de la realidad puesto que las culturas crean significados, y éstos pueden variar extraordinariamente con el paso del tiempo. Sin embargo, ninguna época anterior a la actual ha otorgado tanta importancia y significado a la apariencia física, al volumen y la silueta corporales. Junto a otros muchos cambios, los últimos cincuenta o sesenta años han estado contemplando cómo el cuerpo iba desempeñando progresiva y velozmente un papel muy principal en la imagen que cada uno tiene de sí mismo. El culto al cuerpo, especialmente a su manifestación externa, social, se ha sacralizado. La valoración de la persona depende de la valoración de su cuerpo. El cuerpo tiene, pues, historia y encarna historia social. Esteban [2], antropóloga especializada en el tema, ha subrayado que en

las últimas décadas consumismo y control ejercen su influencia, con frecuencia contradictoria, sobre muy diversas áreas referidas al cuerpo: alimentación, ejercicio físico y deporte, cuidado estético y sexualidad. Sin duda las cosas han sido y son así, pero el vestido y sus variantes deben engrosar la lista.

La autoimagen, la imagen general que cada uno se ha forjado en cuanto individuo, como persona, se compone de múltiples ingredientes y es fruto de un sinnúmero de influencias y experiencias: éxitos, fracasos, habilidades, insuficiencias, aceptaciones públicas, rechazos sociales, etcétera. Es evidente que también interviene e influye el cuerpo, su aspecto, cómo es percibido y cómo creemos que lo es. Todo apunta a que esta influencia de la apariencia física es en la actualidad mucho más determinante que en otras épocas, hasta el punto, en muchos casos, de definir casi por completo la imagen global que cada uno tiene de sí mismo, relegando a un segundo plano las muchas otras características que también la integran.

Lo importante para el individuo actual no es tanto la estructura y apariencia objetivas de su cuerpo como la imagen que tiene de ellas. Es decir, su volumen y silueta reales, sin duda relevantes, le influyen menos que cómo los percibe, imagina y juzga. Sucede que no percibimos nuestros cuerpos *exactamente* como son; nuestra percepción distorsiona poco o mucho las medidas, el volumen de nuestro cuerpo y/o de sus partes. Consecuencia de esta aproximación a la realidad más o menos distorsionada es la *imagen corporal.* Como su nombre indica, se trata de la representación mental del cuerpo. Mi imagen corporal es el cuerpo, la silueta que creo tener, la que puedo «percibir» aun cuando esté sin espejos, a oscuras. Pues bien, nunca como en las últimas décadas la imagen corporal había determinado tanto la autoimagen personal.

Es muy difícil encontrar una persona que, enfrentada a su cuerpo, mejor, a su imagen corporal, se mantenga indiferente. En mayor o menor medida todos procedemos a juzgarla, a evaluarla. Fruto de este juicio nace una conclusión: mi cuerpo me gusta o no me gusta, me satisface mucho o poco o nada. Esta *valoración estética* de mi cuerpo, dada la influencia de la imagen corporal en la autoimagen general, determina, por lo menos parcialmente, mi *autoestima.* Es decir, si mi cuerpo no me gusta —el cuerpo que imagino tener— tampoco me voy a gustar yo como persona; probablemente me valoraré negativamente como tal. El grado en que ocurra tal cosa dependerá sobre todo del nivel de insatisfacción (o satisfacción) corporal que experimente, de lo determinante que sea la imagen corporal en mi autoimagen y de la relevancia que para mí tengan los restantes ingredientes de dicha autoimagen.

Refiriéndonos ya a los adolescentes, en la actualidad la relación entre insatisfacción corporal y autoestima es muy estrecha y significativa tanto en chicos como en chicas, tanto en estudiantes de enseñanza media como de bachillerato. Sin embargo, esta asociación es menos frecuente en chicas con peso escaso o/y de clase social baja [3]. De hecho, entre las adolescentes, sufrir una pobre autoestima y un peso alto son características que determinan insatisfacción corporal con más contundencia que sufrir

burlas relacionadas con el peso, haber interiorizado significativamente el actual ideal de delgadez o presentar un perfeccionismo elevado [4]. En otras palabras, para nuestras adolescentes la valoración que hacen de sí mismas como personas puede influir más en su satisfacción o insatisfacción corporal que el grado en que su aspecto físico se aleje del cuerpo ideal definido culturalmente. Pero si su apariencia física en su opinión se aleja significativamente del modelo establecido, será muy difícil que cuenten con una autoimagen positiva y la consiguiente autoestima elevada.

Si la valoración estética del cuerpo alcanza resultados satisfactorios también tenderá a alcanzarlos la autoimagen general resultante. Todos los humanos en mayor o menor medida llevamos a cabo esta valoración estética del cuerpo, es decir, de nuestra imagen corporal. ¿Cómo lo hacemos? Siguiendo el mismo procedimiento que utilizamos para proceder a cualquier evaluación estética, sea de un jarrón, unos pantalones, o un tresillo. ¿Qué hacemos? En primer lugar, contemplamos el objeto en cuestión. A continuación lo comparamos con nuestro *modelo ideal* de jarrón, de pantalones o de tresillo. No tenemos ese modelo realmente frente a nosotros, por lo que no podemos proceder a comparar dos objetos reales entre sí. El modelo ideal está en nuestra mente: es el resultado de toda nuestra experiencia anterior con jarrones, pantalones, tresillos, formas, colores, texturas, comentarios, opiniones, etc. Así vamos conformando lo que cada uno refiere como «mis gustos». Cuanto más se parezca el objeto juzgado a mi modelo ideal tanto más probable será que me guste, que la valoración estética que de él haga sea satisfactoria.

Lo mismo sucede con el cuerpo. Mi cuerpo, percibido por mí, mi imagen corporal, me gustará más o menos, me satisfará más o menos, según su grado de semejanza con el modelo ideal de cuerpo que se ha ido generando a lo largo de mi vida y que tengo disponible y actuante en mi mente. Lo tengo porque a lo largo de mi vida lo he ido adquiriendo e interiorizando. No nací con un modelo estético de cuerpo, como no nací con un modelo estético de jarrón, o de pantalones, o de tresillo. La estética, como la moral, cae de lleno en el ámbito de los valores. Pero los valores no son entes innatos, no se transmiten por vía genética; son fruto de la *cultura* dominante en la sociedad en que uno nace y se desarrolla. Los modelos estéticos corporales son construcciones y adquisiciones socioculturales. Por eso han variado tanto con las épocas, con los países, con las culturas, con la historia. Por ello puede hablarse de *modas corporales.* Tenemos, pues, un cuerpo físico y un cuerpo social.

Todo el mundo tiene hoy presente que nos ha sido dado vivir una época cuyos modelos estéticos corporales están muy claramente definidos. El femenino es marcadamente delgado; el masculino está caracterizado por el desarrollo muscular. Aquél se ha establecido así por primera vez en la historia; éste no hace sino subrayar, aunque tendiendo a la exageración, características ya valoradas positivamente en el mundo grecorromano clásico [5].

En realidad la evaluación estética de la imagen corporal es un proceso más complejo

que la simple recepción e interiorización de una serie de influencias socioculturales. En la figura 1.1 se bosqueja lo más esencial de un proceso que se extiende a lo largo de toda la vida del individuo. Obviamente el cuerpo tal como es, su volumen y su forma objetivos, su masa corporal real, constituye la materia prima de la percepción individual del cuerpo. Sin embargo, la influencia de esta realidad es mucho menor de lo que suele creerse: no es infrecuente ver abochornadas por su cuerpo a personas consideradas normales o atractivas por quienes les rodean; u otras, aunque con menor frecuencia, satisfechas o cuando menos despreocupadas por sus cuerpos al tiempo que son consideradas muy poco agraciadas por los demás. De ahí la necesidad de entender la intervención e influencia de muchos otros factores. Tal como se ha apuntado, la valoración del cuerpo influye en la autoimagen y la autoestima, pero también estas características de la personalidad influyen en la evaluación del cuerpo: quien se valora muy poco o mal como persona difícilmente conseguirá una satisfactoria valoración de su apariencia física. En esta valoración también influyen, y mucho, los juicios que los demás formulan sobre el aspecto físico y características personales del sujeto. Estos juicios ejercen su influencia directamente al ser percibidos por el sujeto, e indirectamente a través de su efecto sobre autoimagen y autoestima. Pero cuando autoimagen o autoestima son positivas o negativas, predisponen no sólo que las opiniones de los demás tiendan a serlo, sino también y sobre todo que el sujeto interprete positiva o negativamente esas opiniones.

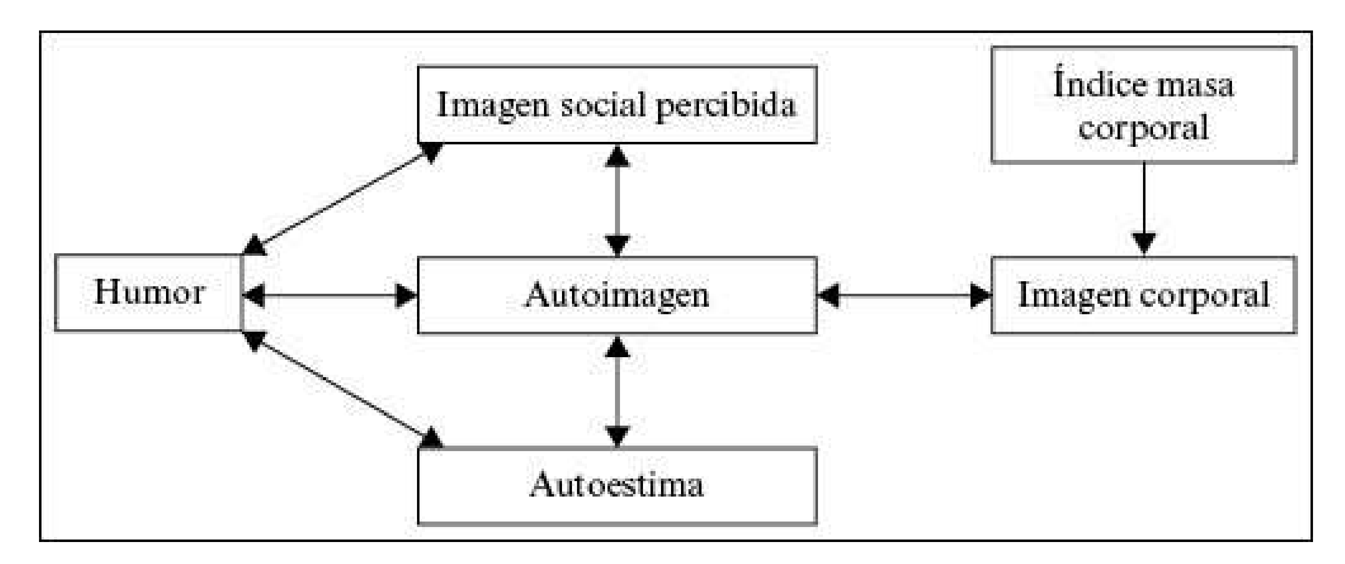


Figura 1.1.—Influencia mutua entre autoimagen general e imagen corporal mediatizada por la imagen social percibida, la autoestima y el estado de ánimo.

El estado de ánimo colorea emocionalmente todas estas interacciones. Un humor negativo, depresivo, ansioso, hace que la realidad, la experiencia toda se vea oscura, negativa, suscitándose así valoraciones personales y corporales también negativas (depresivas) e interpretando negativamente (depresivamente) las opiniones y comentarios

de los demás, los formulen o no; basta interpretar lo que piensan... Por supuesto, un ánimo positivo, optimista, tranquilo, predispone a experimentar positivamente todo ese cúmulo de factores y circunstancias. También en este terreno las influencias discurren en sentido contrario: autoimagen, autoestima, imagen corporal, enjuiciamiento social percibido, determinarán un estado de ánimo positivo o negativo según el grado de positividad o negatividad de estos factores. En el ser humano nada es sencillo. La interacción de factores intervinientes supone un proceso dinámico, dialéctico, que se inicia en la vida intrauterina y sólo finaliza al desvanecerse la vida.

Sin olvidar esta compleja interacción de factores, volvamos a lo que es nuclear desde una perspectiva sociológica: nunca como en las últimas décadas la apariencia corporal ha revestido tanta importancia para las personas. Nunca como en los últimos años se ha producido esta extendida preocupación colectiva, y, por tanto, individual, por la apariencia física, por la silueta, y, por ende, por el volumen y el peso corporales. Si le sumamos la preocupación por la salud, a menudo obsesiva, se entiende que se haya hablado de la «sociedad somática» [6]. Todo esto sucede al tiempo que se han ido multiplicando y proliferando múltiples procedimientos para modificar la apariencia física. Ya no se trata de los procedimientos tradicionales que iban desde la cosmética hasta el uso del corsé, pasando por el adorno y la decoración del cuerpo, sino de un auténtico aluvión de las más variadas técnicas modificadoras del cuerpo que se extienden desde la cirugía estética hasta las dietas hipocalóricas, desde la liposucción hasta el consumo de anabolizantes, desde el ejercicio físico extenuante y nada lúdico hasta los implantes de silicona... Es muy difícil encontrarse con algún ciudadano, y sobre todo alguna ciudadana, que no haya incurrido en uno u otro de estos tan variados sufrimientos que tienen como objetivo hacerse con un cuerpo a medida...

Por supuesto, la restricción alimentaria es el procedimiento modelador del cuerpo que más se practica, siendo también el más relacionado con trastornos del comportamiento alimentario. En el mundo en que vivimos se produce una estrecha asociación entre valoración negativa del cuerpo, insatisfacción corporal, y alimentación restrictiva. En la actualidad esta valoración negativa (o positiva) del cuerpo incluye dos componentes: valoración de la apariencia y valoración del peso. En adolescentes de ambos sexos se ha observado que, una vez interiorizado su ideal corporal, musculoso el de varones y delgado el de mujeres, la práctica de dietas restrictivas suele estar mucho más influida por la valoración negativa del peso que de la propia apariencia corporal [7]. Sin embargo, el enjuiciamiento negativo de la apariencia se asocia en ambos sexos a irregularidades alimentarias, como comidas emocionales («picotear» o comer en exceso en estados de malestar emocional) o comidas a destiempo suscitadas en situaciones en que otros comen.

Todo ese arsenal de injurias corporales con finalidades estéticas forma parte de los signos de nuestro tiempo. Es llamativo cómo han cambiado muchas cosas: en su día, la tortura, la disciplina del cuerpo, estaba al servicio del control o supresión de los placeres

de la carne. Actualmente la tortura corporal pretende obtener placer gracias al remodelado del cuerpo, de la carne. Pero hay más, siguiendo los dictados de la moda las mujeres del siglo XIX empaquetaban y comprimían sus cuerpos en agobiantes corsés. Ya hace días que nuestras mujeres vieron con alivio la desaparición de esa prenda coactiva. El problema es que ahora utilizan un corsé interior, mental, que les lleva a practicar dietas hipocalóricas y ejercicio físico de modo sistemático y continuo. Una de las diferencias entre ambos procedimientos radica en que este último no permite adaptaciones ni rutinas; supone toma de decisiones, esfuerzos y sacrificios permanentes. Sarna con gusto...

En nuestro mundo occidental, desarrollado, rico, es tan intensa la motivación para conseguir el inalcanzable cuerpo ideal fijado por nuestra cultura y son tantos los procedimientos que la sociedad pone a nuestra disposición para intentarlo que, como apuntó en su día Shilling [8], por primera vez en la historia puede hablarse del cuerpo como *proyecto* individual. En épocas anteriores, y no hace falta remontarse al tiempo de los neandertales, nadie pensaba en modificar su cuerpo. Se tenía el que se tenía y aquí paz y después gloria. Su apariencia podía incomodar más o menos, pero habría resultado incomprensible el intento de cambiarla más allá de lo que permitiera la elección de la vestimenta que la envolviera. En la actualidad el cuerpo se ha convertido en una materia prima moldeable. El hombre, y sobre todo la mujer, actual tiende a ver el cuerpo como parte del propio yo (que lo es), pero una parte abierta a revisión, cambio y transformación. Cada vez más, nuestra felicidad y realización personal dependen del grado en que nuestros cuerpos se adaptan a las normas actuales de salud y de belleza [9].

Por otro lado, tiempo atrás tampoco existía un modelo estético corporal tan definido, tan aceptado y asumido colectivamente, y tan penetrante como el actual. Cuando el modelo corporal ideal es el que es y son tantos los procedimientos que existen al alcance del consumidor para, supuestamente, alcanzarlo, es lógico que éste haga todo lo posible para practicarlos. Cuando la motivación es muy intensa, y con frecuencia lo es, no seguir tales procedimientos, o no conseguir el cuerpo ideal a pesar de practicarlos, se convierte irremediablemente en fuente caudalosa de frustración. No debe sorprender que en nuestras sociedades, la insatisfacción corporal constituya un sentimiento mayoritario en todas las edades. Porque *no es cierto que el cuerpo pueda proyectarse a voluntad.* Reflexiónese sobre lo penoso y dramático de casos como el del recientemente fallecido Michael Jackson, un especialista en la planificación de su cuerpo. Es evidente que se trata de un caso extremo, pero sin llegar al cambio de color, que también, nuestra sociedad está llena de ejemplares semejantes y de muchos otros que, no siéndolo tanto, forman la parte oculta del iceberg.

Aquí y ahora quienes más inmersos están en estos anhelos y avatares son los adolescentes. Cuando están proyectando su futuro, su propia identidad, su vida, la sociedad les obliga a plantearse el proyecto de su cuerpo. Nuestros adolescentes mayoritariamente identifican su yo con su apariencia. Cierto es que el yo se encarna en un cuerpo, pero la forja del yo, de la propia identidad, debiera depender de conductas,

habilidades y experiencias mucho más de lo que acostumbra a suceder, y no tanto de la apariencia física. Aunque también es cierto que la imagen corporal, la percepción de la apariencia física, cuando se sobrevalora, puede influir sobremanera en conductas, habilidades y experiencias.

1.2. EL VESTIDO Y LA MODA

La apariencia corporal, la silueta, no puede separarse radicalmente del vestido. Hay pocas dudas de que el hombre primitivo empezó a utilizar vestidos para protegerse de inclemencias y de ciertas agresiones naturales. Las pieles, los cueros que lo revestían eran simples caparazones. Con los albores del desarrollo cultural la vestimenta, alguno de sus atributos y características, ya ejercía funciones de fetiche, adoptando papeles simbólicos. Más adelante, los ropajes adquirieron una nueva finalidad: adornar. Pero hasta bien entrada la contemporaneidad, con algunas excepciones históricas, el vestido no guardaba la estrecha relación con el cuerpo que tiene en la actualidad. Nuestros cuerpos son cuerpos vestidos. Las prendas de vestir subrayan, ocultan, muestran, insinúan, deforman nuestros cuerpos. Es en los alrededores del siglo XVIII cuando se inicia este proceso en el que el vestido va situándose progresivamente al servicio del cuerpo que cubre (o que descubre).

El estilo del vestido funciona como una especie de epifenómeno del cuerpo, al que añade dimensiones y detalles que de otro modo no existirían. Opera como una variante de piel social; da cuenta del cuerpo presente en el espacio público. En general, el vestido no hace visible el cuerpo, pero le da significado, lo revela y lo libera, lo encubre y lo confina, lo modela y le da definiciones, límites y pliegues. Como piel social, el estilo del vestido funciona como un puente entre actuación pública y pensamiento privado, entre acción y emoción, entre cuerpo y mente, entre uno mismo y lo social [10]. El cambio de estilo en el vestir permite, sutil o explícitamente, cambiar de imagen social y, por tanto, de autoimagen. Eso es en gran parte lo que supone *seguir la moda.*

Este hecho conlleva que la evolución de la moda del vestir, la *moda* por antonomasia, no puede desvincularse de los sucesivos cambios históricos relativos a la consideración social del cuerpo y, por tanto, de la *moda corporal.* Definir qué es la moda no es fácil, aun limitando la definición a la moda del vestir. Sin embargo, resumiendo el común denominador de lo apuntado por diversos estudiosos puede decirse que la moda es un sistema de producción y organización del vestir, desarrollado en ámbitos históricos y geográficos concretos, que nace en el transcurso del siglo XIV en las cortes europeas, hace su eclosión más espectacular en la corte francesa de Luis XIV, en pleno siglo XVII, y se desarrolla en asociación con al auge del capitalismo mercantilista [11].

En los dos últimos siglos vestirse es un acto social, por lo menos en el mundo occidental. Supone decidir, si se puede, la imagen que se quiere dar a los demás. Es una forma, con frecuencia *la* forma, de procurar hacer aceptable el cuerpo a los demás. En tal sentido, aunque seguir la moda tiene mucho de conducta gregaria, la preocupación por el vestido/cuerpo tiene mucho de intento de afirmación individual. En la práctica se establece una especie de lucha dialéctica entre la necesidad de «ir a la moda» y el deseo de «ser diferente», de distinguirse de los demás. Pero detrás, dentro (o fuera) del vestido está el cuerpo. Cuando uno se viste, al margen de la rutina diaria, y aun dentro de ella muchas personas, está atendiendo a su cuerpo, percibiéndolo y juzgándolo aunque sea indirectamente. Nuestra vestimenta diaria, y mucho más la de ocasiones especiales, es fruto de presiones sociales. En consecuencia, el cuerpo vestido funciona como un símbolo del ámbito en que se encuentra el sujeto en cada momento. Elegir vestidos y usarlos supone distintas percepciones y actitudes referidas al propio cuerpo y a cómo manifestarlo socialmente.

Una notable especialista en historia de la moda ha ilustrado muy claramente esta estrecha asociación entre cuerpo y vestimenta:

> «... La mujer, a través de las edades, no se ha contentado con la variación de los trapos que se ponía encima del cuerpo, sino que ha variado, modificado, su cuerpo mismo... Y así podemos verla... unas veces casi sin pecho y con unas caderas espléndidas, rotundas; otras veces sin vientre ni caderas, pero con un ostentoso busto; en unas ocasiones predominando en sus formas la línea curva; en otras, desmayada toda ella hacia la recta... ¿Cómo han sido posibles tales cambios que no se dan en la figura del hombre? Aparte los imponderables que nos llevarían a escrutar indiscretamente los intrincados vericuetos de la psicología femenina, hay que reconocer tres factores esencialísimos del moldeamiento a voluntad de las líneas del cuerpo de la mujer: *a)* el régimen alimenticio o la dieta (las románticas querían alimentarse de pétalos de flores para no engordar; las elegantes de 1930 pasaban literalmente hambre por «conservar la línea»); *b)* la forma de los vestidos (exaltando o disimulando mediante vuelos, adornos, etc., determinadas zonas del cuerpo: así el miriñaque, el polisón, las chorreras, etc.), y *c)* ante todo y sobre todo, a través de varias generaciones femeninas, la complicidad preciosa del corsé» [12].

Si el modelo ideal de cuerpo es una construcción cultural, es evidente que todavía lo es más la «vestimenta ideal», es decir, la moda del vestir. Si el cuerpo, modelado artificialmente o no, es esencialmente biología, el vestido es absolutamente cultura. Aquí, en el contexto de esta obra, no nos interesa el vestido considerado aisladamente; nos interesa el cuerpo vestido. Si en nuestra época el cuerpo es considerado como algo que puede ser modificado, y, por tanto, programado, en el intento de alcanzar una inalcanzable felicidad, mucho más modificable y programable es la ropa que lo cubre, delata y presenta. Podemos transformarnos en función de nuestra forma de vestir. De ahí el interés colectivo por el vestido y la moda en nuestro mundo desarrollado y occidentalizado.

Aunque en los últimos años las cosas están cambiando, la presión de la moda se ha ejercido y ejerce preferentemente sobre las féminas. La ropa no ha sido vista con los mismos ojos según se destine al varón o a la mujer. El vestido mayoritariamente permite que el observador distinga un hombre de una mujer, aun no percibiendo ninguno de sus atributos sexuales específicos. «La indumentaria es un aspecto de la cultura, es un rasgo

vital en la creación de la masculinidad y la feminidad» [13]. *Masculino* y *femenino* son realidades sociales, no biológicas; son *género.* Pregonamos nuestro sexo cuando nos vestimos siguiendo las convenciones de nuestro género, que es prácticamente siempre. Sin embargo, tradicionalmente el concepto de moda ha estado asociado de forma casi absoluta al género femenino. Es más, las frecuentes consideraciones morales que suscita el vestido han estado y están referidas de manera prácticamente exclusiva a la vestimenta femenina. El cúmulo de presiones y actitudes que todo ello implica ha obligado y obliga a las mujeres a estar más pendientes de sus cuerpos y sus vestidos que los varones. Una mujer, por el hecho de serlo, se siente (y es) mucho más juzgada y criticada por su apariencia que sus conciudadanos masculinos. Un estudioso del tema ha escrito: «El hecho de que la moda sufra el peso de tantos condicionantes morales es una prueba de su poder e importancia dentro de la sociedad» [14].

Parte de las presiones sociales sobre el vestido están fuertemente determinadas por la clase social. Es evidente que no viste igual una mujer de suburbio que otra de barrio residencial, ni una campesina comparada con la esposa del terrateniente. Pero en el mundo contemporáneo, a igualdad de nivel socioeconómico, el trabajo también determina influencias, es decir, vestimentas dispares. Obsérvese, por ejemplo, cómo la progresiva y reciente incorporación de las mujeres a ocupaciones empresariales, comerciales, ejecutivas, ha determinado la difusión en ellas del *traje sastre,* con falda o con pantalones, aceptando y adoptando aparentemente una forma de vestir originariamente masculina, predominante en muchos ámbitos laborales todavía dominados por los hombres. Tiempo atrás, en el siglo XIX, las cosas eran muy distintas. Las mujeres de la burguesía, las que «seguían la moda», precisamente llevaban vestidos que las incapacitaban para trabajar: cofias sofisticadas, faldas de gran extensión y peso, zapatos delicados, corsés restrictivos, etc. Ciertamente, eran otros tiempos...

Así pues, en la medida en que el vestido es lo que es debemos considerarlo como un instrumento de comunicación social: cada uno se viste siguiendo normas sociales interiorizadas y lo hace no sólo para abrigarse y protegerse, sino también para emitir ciertos mensajes. El yo, los papeles sociales en juego, la autoimagen y la imagen que se quiere dar en cada momento interactúan en la elección del vestido. El vestido que se elige está manifestando a los demás el género, la clase social, la ocupación, etc., de su elector. Como todo mensaje no explícito también puede dar lugar a interpretaciones erróneas. (Evidentemente todo esto sólo es aplicable a quienes tienen ocasión y posibilidades de elegir...)

La moda cambia con las épocas, y en una misma época, como acabamos de apuntar, también cambia con el género, la clase social o la profesión. Pero hay otros factores que decantan la elección de vestimenta, por ejemplo, la edad, la etnia, el hábitat rural o urbano y, por supuesto, la forma del cuerpo.

Por todas las razones que se han ido desgranando hasta aquí, la preocupación por la apariencia física de nuestros adolescentes de hoy no puede separarse de su preocupación

por el vestir. La aceptación social de cada uno de ellos o ellas, especialmente la más importante, la del grupo coetáneo, va a depender en parte de su ropero usual y, por tanto, de la moda vigente, en primer lugar la vigente en la subcultura adolescente o juvenil. En nuestro mundo desarrollado, en nuestras sociedades opulentas, los adolescentes disponen de dinero; hace tiempo que la austeridad familiar se extinguió mayoritariamente. La potencia económica que entrañan es conocida de sobra, y es sabiamente explotada por fabricantes y comerciantes de muy diversos productos, en especial ropas y vestimentas. Para ilustrar la importancia de este fenómeno baste un hecho: en septiembre de 2010 buscando en *Google «teennage fashion»* se encontraban 81.700.000 entradas de texto, la inmensísima mayoría de carácter comercial; si se buscaban imágenes las entradas ascendían a 13.800.000. Haga usted mismo la prueba, lector interesado.

Para los adolescentes, vestido, cuerpo y moda funcionan como fuentes ambiguas de interés y ansiedad.

1.3. LA SEXUALIDAD

El concepto de sexualidad que utilizamos comúnmente es mucho más moderno de lo que pudiera pensarse. De hecho, el término como tal no aparece hasta bien entrado el siglo XIX y tuvo que pasar algún tiempo hasta que fuera adquiriendo los muy diversos significados y contenidos que actualmente encierra. En un principio concernía de manera casi exclusiva a acto sexual y reproducción. Hoy en día su significado es mucho más generoso puesto que incorpora todo cuanto conocemos como erotismo, incluyendo fantasías, deseos, pensamientos, actitudes, insinuaciones, miradas... y, por supuesto, formas del vestir.

El cuerpo constituye el centro emisor y receptor de mensajes sexuales, especialmente visuales y táctiles. Una gran parte de la consideración que merece el cuerpo durante la mayor parte de la vida de los seres humanos está directa o indirectamente relacionada con su atractivo sexual. La satisfacción corporal, entendida como consecuencia de una valoración estética positiva del propio cuerpo, difícilmente puede separarse de percibir que resulta atractivo, apetecible, para los individuos del otro sexo (o/y del propio). Por el contrario, la insatisfacción corporal suele determinar el convencimiento de no resultar atractivo/a o incluso de repeler. Todo lo cual depende, como ya se dijo, no tanto del volumen y silueta reales, que también, como de la imagen corporal configurada en la mente del sujeto.

Una de las diferentes funciones del vestido radica en su papel de intermediario o mensajero sexual entre el cuerpo del sujeto y su observador u observadores. El vestido

puede manifestar, insinuar, subrayar, exagerar, disimular u ocultar áreas y componentes del cuerpo en los que en principio reside (o no) el atractivo sexual. Sin olvidar, claro está, la trascendental importancia de posturas, movimientos y expresiones en la transmisión de señales sexuales. Estas conductas son lo sustantivo de la comunicación sexual; el vestido es un obligado complemento. Analizando la evolución histórica de la moda occidental del vestir, especialmente la femenina, se constata que la evolución de los últimos tiempos entraña dos tendencias fundamentales, ambas en franco progreso: la exposición pública del cuerpo, es decir, la reducción de la ropa que lo oculta, y la manifestación cada vez más exacta de las formas corporales, es decir, el uso de prendas cada vez más estrechas, más adaptadas a la silueta.

En definitiva, los cuerpos actuales, junto con sus envolturas (o desenvolturas), están en condiciones de emitir muchas más señales o mensajes sexuales que en épocas anteriores. Y todos y cada uno de los ciudadanos, de recibirlos. Como estos cambios se insertan dentro de los avatares de la moda tanto del vestido como del cuerpo, una vez establecida ésta, estando ya interiorizada, no hay más remedio que seguirla. Este seguimiento forma parte de la progresiva *sexualización* de la vida cotidiana. Aquí conviene hacer un inciso: hasta hace pocos años el pensamiento (la cultura) occidental asociaba el cuerpo femenino con la sexualidad, lo que ha conllevado que la vestimenta femenina suela tener mucha más carga sexual que la masculina. En el presente las cosas han empezado a cambiar, especialmente cuando la exposición pública del cuerpo, es decir, la reducción de la vestimenta al mínimo, ha igualado a hombres y mujeres, especialmente los más jóvenes. Manteniendo el vestido su carga erótica, el erotismo está pasando cada vez más a la incumbencia directa de los cuerpos.

En este contexto se abren paso y desarrollan los adolescentes. Están viviendo la tempestad hormonal de su pubertad, con la testosterona activando la sexualidad en ellos y ellas, al tiempo que intentan delimitar su identidad, se insertan en el grupo de amigos, amigas, compañeros y compañeras que les ha tocado en suerte, y procuran digerir como pueden el alud de influencias múltiples que les llueven desde todos los rincones y espacios de una sociedad compleja que están empezando a descubrir. Y no son las influencias relacionadas con el sexo las menos relevantes. En el centro de todo ello germina y se expande su preocupación por un cuerpo en cambio sostenido, retoñando, aumentando de volumen y ocupando cada vez más espacio no sólo físico, también mental. Y viviendo un interés y una excitabilidad sexuales también crecientes.

Dada la cada vez más precoz y más activa vida sexual de los adolescentes, también su autoestima resulta condicionada por sus avatares sexuales, que comparan con los de sus colegas, influyen en sus relaciones interpersonales y determinan una parte importante de su valoración social. En el adolescente actual, más que en el de otras épocas, las dudas sobre su atractivo sexual acostumbran a ser intensas, generalizadas, duraderas.

* * *

Apariencia e imagen corporal, vestidos y modas, atractivo y conducta sexual. He aquí las principales implicaciones que el cuerpo tiene para los adolescentes, implicaciones que constituyen otras tantas fuentes de preocupación. Todas ellas están en gran manera determinadas por las conductas, actitudes y valores dominantes en la sociedad en que viven. No puede negarse que siempre ha sido así, mas puede afirmarse que nunca como en los últimos tiempos. Una somera mirada a la historia permite contemplar cómo las conductas, actitudes y valores actuales referidos al cuerpo, el vestido y la sexualidad nada o muy poco tienen que ver con los vigentes no hace más de 50 o 60 años. Interactuando con ellos, influidos por ellos, tampoco nuestros adolescentes se parecen mucho a los de tiempos anteriores.

En esta obra pretendemos seguir someramente la pista a los cambios sobrevenidos en el mundo occidental en los usos y costumbres referidos a la apariencia corporal, el vestido y la conducta sexual. Por tratarse de cuestiones no estudiadas, debemos conformarnos con intuir qué podían aprender e interiorizar los adolescentes de otras épocas sociohistóricas, es decir, unos adolescentes que, forzosamente, no eran los de hoy.

REFERENCIAS

[1] Gallagher, C. y Laqueur, T. (2000). Introducción. En C. Gallagher y T. Laqueur (dirs.): *The making of the modern body.* Berkeley: University of California Press, pp. VI-XV.

[2] Esteban, M. L. (2004). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio.* Barcelona: Bellaterra.

[3] Van den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M. et al. (2010). The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. *Journal of Adolescent Health, 47,* 290-296.

[4] Wojtowicz, A. E. y Von Ranson, K. M. (2012). Weighing in on risk factors for body dissatisfaction: a one-year prospective study of middle-adolescent girls. *Body Image, 9,* 20-30.

[5] Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad.* Barcelona: Ariel.

[6] Turner, B. S. (1992). *Regulating bodies: essays in medical sociology.* Londres: Routledge.

[7] Flament, M. F., Hill, E. M., Buchholz, A. et al. (2012). Internalization of the thin and muscular body ideal and disordered eating in adolescence: the mediation effects of

body esteem. *Body Image, 9,* 68-75.
[8] Shilling, C. (1993). *The body and social theory.* Londres: Sage.
[9] Featherstone, M. (1991). The body in a consumer society. En M. Featherstone, M. Hepworth y B. Turner (dirs.): *The body: social process and cultural theory.* Londres: Sage.
[10] Pomerantz, S. (2008). Style and girl culture. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 64-72.
[11] Entwistle, J. (2000). *The fashioned body.* Cambridge: Polity Press (versión en español: *El cuerpo y la moda. Una visión sociológica.* Barcelona: Paidós).
[12] Morales, M. L. (1947). *La moda. El traje y las costumbres en la primera mitad del siglo XX.* Barcelona: Salvat.
[13] Entwistle, J. (2000). *The fashioned body.* Cambridge: Polity Press (versión en español: *El cuerpo y la moda. Una visión sociológica.* Barcelona: Paidós).
[14] McDowell, C. (1992). *Dressed to kill: sex, power and clothes.* Londres: Hutchinson.

2. La adolescencia en la historia

La actitud del adolescente ante su cuerpo, ante sus atavíos, ante el sexo, ha ido modificándose a lo largo de la historia. Para mejor entender los cambios sobrevenidos a lo largo del tiempo parece razonable integrarlos en la evolución histórica no sólo de los adolescentes, sino del propio concepto de adolescencia. Éste es el objetivo de este capítulo que, en gran parte, reproduce lo expuesto en otro capítulo de una obra anterior [1].

Es bien sabido que la adolescencia comienza con los cambios puberales. No es ésta cuestión polémica, el acuerdo es universal. Lo que no está definido es cuándo acaba. Si se formula la pregunta sobre el momento de su finalización, las respuestas serán múltiples, incluyendo «no sabe/no contesta». Educadores, sanitarios, psicólogos y psiquiatras, medios de comunicación, jueces y políticos, familias y ciudadanos en general, todos hablan, hablamos, muy a menudo de los adolescentes y la adolescencia, reconociendo que se trata de una fase del desarrollo humano, pero sin saber muy bien cuáles son sus límites cronológicos.

Sea quien sea el que opine convendrá en que la adolescencia constituye un período de transición entre la infancia y la etapa adulta, madura. Todos lo tenemos claro. Pero sería un error pensar que siempre ha sido así. El propio concepto de *adolescencia,* y, por tanto, de adolescente, es sumamente reciente. Es un hecho que no debe sorprender puesto que ni siquiera la *infancia* ha sido conceptuada como un estadio definido del ciclo vital hasta finales del siglo XVII y comienzos del XVIII [2]. Durante la Edad Media ese concepto no existía. Se reconocía un estado especial, «infantil», hasta los 7 años de edad. Se hablaba también de *pueritia,* una etapa que comprendía entre los 7 y 12 años en las niñas y entre los 7 y 14 en los varones. Concluido este período con la pubertad, unas y otros ya podían contraer matrimonio. Los varones campesinos debían responsabilizarse de los rebaños; los nobles formarse para llegar a ser caballeros. En lo que al vestido se refiere, a partir de la infancia niños y adultos vestían de modo semejante, compartían objetivos similares y no se les diferenciaba ni por su estatus ni por su desarrollo psicológico. En esas circunstancias, ¿qué podría ser eso que hoy llamamos adolescencia?

Unas tablas de yeso, halladas en el ámbito de la cultura sumeria, entre 4000 y 3000 a. C., describían un caso de delincuencia juvenil. Se considera como la primera alusión escrita a una conducta asocial desarrollada precisamente en ese período de tránsito hacia

la vida adulta. Pero no mencionaba la adolescencia ni nada que se le parezca. El término «adolescente» tiene su origen en el latino *adolescere,* que significa «estar en trance de crecer». Pero en la Roma clásica *adulescens* no se refería a una categoría de edad bien definida, pues se aplicaba a varones de 17 a 30 años. La ciudadanía se otorgaba a los 17 años de edad y a partir de la pubertad se adquiría el derecho a casarse. Las niñas se convertían directamente en *uxor,* esposa, es decir, sin ningún tránsito adolescente. Durante largas centurias, no reconociéndose la etapa adolescente, muchas de sus características y peculiaridades quedaban dibujadas bajo el epígrafe de *juventud.* Una juventud que Aristóteles y Platón veían como tiempo de cambio y de vulnerabilidad, en el que debía exigirse una sólida educación del carácter y el establecimiento de limitaciones sociales. Esencialmente, para los romanos la vida del hombre se dividía en tres etapas: infancia, edad adulta y vejez.

Echando una mirada a la historia se observa que los adolescentes han sido considerados desde la encarnación de la belleza y la gracia, la ilusionante esperanza de un futuro mejor, hasta fuente de conflictos, subversiones y atentados a los cimientos de la sociedad, dada su agresividad, descaro sexual y nulo respeto a sus mayores. Son discrepancias y ambigüedades manifestadas durante muchos siglos atrás, semejantes a opiniones y comentarios escuchados y leídos una y mil veces en nuestro mundo actual.

En muchas sociedades antiguas, y aun en algunas actuales, se desarrollaron y desarrollan distintos *ritos de iniciación* o *ritos de pubertad,* señalando todos ellos de manera oficial, pública y muy delimitada en el tiempo el paso de la etapa infantil a la adulta. En las muchachas la iniciación ha solido coincidir con la menarquia. Una costumbre común consistía en recluir durante un tiempo a la niña que tenía su primera menstruación, mientras una mujer de edad avanzada, siempre dentro del clan, la instruía especialmente en cuestiones de sexo y matrimonio. La ahora púber, tras haberse bañado o pasado por una purificación ritual, solía vestirse con prendas propias de una mujer madura [3].

A partir del siglo XVIII estos ritos fueron extinguiéndose en el mundo occidental, coincidiendo con las emigraciones a la ciudad desde el mundo rural, desencadenadas por los dramáticos cambios socioeconómicos asociados a la revolución industrial. A diferencia de lo que sucedía y sucede en las sociedades primitivas, en nuestro mundo desarrollado las características y circunstancias psicosociales de la adolescencia no están asociadas directamente a unos cambios fisiológicos, sino a convenciones e invenciones culturales. En nuestras sociedades occidentales la transición adolescente es considerada como un hecho privado. Sin embargo, en la alta burguesía y en la aristocracia todavía persisten rituales con finalidades semejantes a esos ritos iniciáticos, concretamente las «puestas de largo», presentaciones en sociedad de unas muchachas que, así, dan a conocer oficialmente su entrada en el mundo adulto y, supuestamente, su condición de casaderas.

En América Latina estas celebraciones suelen conocerse como fiestas de la

«Quinceañera» o bailes de «Debutantes», también practicadas en Estados Unidos por la presencia de población hispana inmigrante. Sus antecedentes se remontan a los colonizadores españoles que, según parece, adaptaron ceremonias religiosas de iniciación practicadas por mayas y aztecas. También parecen haber influido ciertas ceremonias semejantes francesas del siglo XVII. La quinceañera debe vestir de blanco, lucir un ramo de flores e ir acompañada por una escolta de varones. El ritual se inicia con una ceremonia en la iglesia, con frecuencia el rezo del rosario, seguida por una recepción en que familiares y amigos ofrecen sus regalos a la homenajeada. Su vestido es ya «adulto», semejante a un traje de novia, subrayando el cambio de estatus que todo ello simboliza.

En las comunidades judías festejan el *Bat Mitzvah,* un rito iniciático que se remonta a la época medieval, en el que participan las muchachitas que alcanzan los 12 o 13 años de edad. Aun cuando no se celebre ceremonial oficial, esta etapa de transición suele estar asociada, aunque sólo sea privada o subjetivamente, a la aparición de la menstruación, el uso del primer sostén, la primera cita con un muchacho...

En los varones la circuncisión ha señalado la adquisición del estado adulto en muy variadas culturas. En algunas comunidades primitivas, cuando hace aparición el vello púbico el muchachito se viste con un taparrabos peculiar y fija su residencia en el dormitorio de los hombres. También hay sociedades en que, tras la aparición del vello o la primera eyaculación nocturna, se recluye al chico y se le instruye en cuestiones sexuales [3].

Durante la Edad Media, la población se dividía netamente en niños y adultos, siendo la pubertad la frontera entre ambos estados. A lo largo del Medioevo y hasta la época preindustrial la juventud duraba aproximadamente desde los 7-10 años hasta los 25-30 años, situándose entre la dependencia de la infancia y la relativa independencia de la edad adulta, caracterizada por el matrimonio y el disfrute de la herencia [4]. Los niños a partir de los siete años vestían como los adultos y asumían papeles sociosexuales adultos. A esta edad o poco después podían abandonar el hogar paterno para vivir con otras familias como sirvientes o aprendices. Según el *Oxford English Dictionary,* la palabra *adolescence,* originada en la ya aludida *adolescere,* no hace su aparición en el idioma inglés hasta bien entrado el siglo XV.

En 1851 las autoridades británicas establecieron el final de la infancia a los 15 años de edad. Se trataba de una decisión progresista puesto que extendía hasta esa edad la educación y tutela propia de la niñez. Pero significaba que la etapa adulta se iniciaba a los 15 años, sin transición adolescente alguna.

Nuestro concepto actual de adolescencia empieza a aparecer y desarrollarse lentamente durante los siglos XVIII y XIX. Sólo muy recientemente, a finales del siglo XIX, la adolescencia fue reconocida como una etapa concreta de la vida [2]. De hecho, el término «adolescencia» hizo su aparición en el vocabulario de las sociedades occidentales para designar a los colegiales que seguían estudios y dependían económicamente de sus padres. Por tanto, sólo se aplicaba a una reducida minoría social, los hijos de la

burguesía. Hacia 1900 la adolescencia sólo se reconocía como tal en las clases privilegiadas, aunque empezaba a generalizarse su aplicación a hijos de familias de obreros cualificados y semicualificados. De hecho, hasta bien entrada la primera mitad del siglo XX la adolescencia no se reconoce en todas las clases sociales [4].

La inexistencia conceptual de la etapa adolescente ha tenido muy curiosas manifestaciones. Sirva de ejemplo lo sucedido con el llamado *estirón,* es decir, ese incremento brusco de la talla que se produce en un momento dado del desarrollo puberal y que es una de las manifestaciones más claras de tal maduración. En 1749, el francés Buffon ya señaló que el niño, al acercarse a la pubertad, experimenta un crecimiento súbito («tout à coup») que le sitúa en su talla definitiva. Quetelet, en 1830, describió ese incremento rápido de talla, localizándolo a los 12-14 años en las niñas y a los 13-15 en los varones. Pero ni esos científicos, ni muchos otros posteriores a ellos dedicaron al fenómeno el más mínimo estudio. Se trataba de un hecho que quedaba perdido entre las tablas dedicadas a describir la evolución del peso y altura en niños y adultos, sin más implicaciones. De hecho, hasta 1870 el estirón no atrae la atención de los entendidos. Fueron casi cien años de silencio. ¿Cuál era el motivo?

Se ha sugerido que la explicación más plausible es la ya mencionada ausencia del concepto de adolescencia mantenida hasta finales del siglo XIX [5]. Hasta ese momento persistía la idea de que los niños eran adultos pequeños. Transitando por su curva de crecimiento ese adulto en miniatura simplemente pasaba un tiempo hasta llegar, sin fases intermedias, a la estación final del trayecto: un físico adulto. Algo parecido sucedía con la menarquia, evidente signo de pubertad. Estaba descrita desde centurias atrás, sobre todo por razones de salud, pero no era integrada en el *desarrollo* puberal.

La trágica (para muchos) época de la industrialización ha suministrado datos que permiten juzgar dolorosamente qué significaba que los niños fueran considerados adultos en miniatura. Inglaterra, cuna y paradigma de la industrialización y del desarrollo del capitalismo industrial, ha generado un prolífico anecdotario. A finales del XVII, en las fábricas de hilados de Lancashire trabajaban unos 35.000 niños, una gran parte de los cuales contaba menos de diez años. Todavía en 1865 las manufacturas metalúrgicas de Birmingham empleaban a 30.000 niños y jovencitos para trabajos muy pesados. Los horarios de trabajo podían extenderse de las cinco de la mañana a las diez de la noche [6]. ¿Qué concepto de adolescencia podía definirse en tales circunstancias?

En la actualidad, entre otras consideraciones, se reconoce la adolescencia como un período específico de preparación para la vida adulta, para la asunción de responsabilidades definitivas. Los cambios socioeconómicos y socioculturales vividos por nuestras comunidades desarrolladas desde la segunda mitad del siglo XIX hasta hoy han influido muy trascendentalmente en los comportamientos, actitudes y creencias de los adolescentes y sobre los adolescentes. «Adolescencia» no se convirtió en un término genérico, designando una gama de edades y siendo aplicado tanto a chicos como a chicas, hasta la generalización de la escolarización conseguida en los inicios del siglo XX .

En este siglo, antes de la Segunda Guerra Mundial, tuvieron lugar una serie de cambios sociológicos de indudable trascendencia para una mejor delimitación de la adolescencia. Tres fueron los más importantes: abandono por parte de los padres del trabajo agrícola para dedicarse a tareas industriales o de servicios (sociedades urbanas), reducción drástica del volumen familiar, es decir, del número de hijos, e incremento, difusión y prolongación de la escolaridad [7]. Durante la segunda mitad del siglo XX han tenido lugar otros fenómenos de igual o mayor relevancia: creciente participación de las mujeres (y, por tanto, de las madres) en la fuerza laboral, incremento progresivo de familias monoparentales y reducción inicial seguida de un aumento posterior de la pobreza infantil [7]. La cronología de estos cambios varía de un país a otro, pero en líneas generales todos ellos se han producido en todos los países industrializados.

Los efectos de ese fenómeno tan discutido y analizado, y tan actual, llamado *globalización* también han promovido cambios colectivos y universales en los adolescentes. La globalización facilita que se uniforme y homogeneice la cultura adolescente y juvenil de todo el mundo. Eso es lo que reflejan las actuales costumbres adolescentes relacionadas con el vestido, los gustos musicales, los entretenimientos, los modelos estéticos corporales, las conductas sexuales, etc. Las nuevas tecnologías de la información y el extraordinario desarrollo de los medios de comunicación han sido, y son, los principales agentes de este espectacular fenómeno.

Es precisamente en los países industrializados, y a consecuencia de todos esos procesos, donde se observan más modificaciones en las formas de pensar y en los intereses de los adolescentes. Por ejemplo, aunque las chicas continúan estando más interesadas por la familia futura y por las relaciones humanas, y los chicos por aspectos materiales de la vida, los estudios realizados en los últimos treinta años sugieren que los intereses académicos y profesionales de las muchachas empiezan a superar a los manifestados por los varones [8].

¿Qué han opinado los científicos sobre la adolescencia? ¿Cómo han considerado a los adolescentes los «especialistas»? Es interesante que en el índice de materias de las obras completas de Freud aparezcan más de 150 referencias a la pubertad, pero sólo seis a la adolescencia. En el ámbito de la psicología probablemente fue Stanley Hall, en 1904, el primero en reconocer y conceptualizar la adolescencia a través de los dos volúmenes a ella dedicados [9]. Hall intentó trasladar a la adolescencia las concepciones *recapituladoras* que un embriólogo, Ernst Haeckel, difundió a mediados del siglo XIX: la ontogenia recopilaba la filogenia. Es decir, la evolución del individuo reproducía de algún modo la evolución de la especie. Hall extendió esta idea más allá de la vida embrionaria, impregnando todo el curso de la vida. Para él, la adolescencia representaba el período filogenético en que los hombres pasaron de ser salvajes a civilizados. Hall veía la adolescencia como una etapa tormentosa y estresante, un tiempo de agitación universal e inevitable. No pudo desprenderse de la influencia del pensamiento dominante en su época referido a la degeneración moral, la idiocia y la eugenesia. Para Hall la

adolescencia debía considerarse fundamentalmente asociada a peligro, rebeldía, crimen, sexo y amenazas para el bienestar de la sociedad. El título completo de su obra es muy revelador: *Adolescencia: su psicología y sus relaciones con la fisiología, la antropología, la sociología, el sexo, el crimen, la religión y la educación.*

Anna Freud dio un importante paso al definir al adolescente como un tipo específico de persona y, en su patología, como un tipo específico de paciente [10]. En este ámbito, probablemente la figura más señera y más influyente haya sido Erikson, quien, en 1964, definió las denominadas «tareas de la adolescencia», es decir, los objetivos que debe alcanzar el adolescente y que marcan las líneas básicas de su trayectoria evolutiva [11].

Sin embargo, siendo muy respetables como lo son todas estas aportaciones (mejor, casi todas), lo cierto es que quedan bastante alejadas del concepto de adolescencia gestado en las dos o tres últimas décadas. Estos «grandes modelos» clásicos desarrollados por Hall, Freud y Erikson constituyeron una primera fase del estudio científico de la adolescencia, pero en realidad no dieron lugar a investigaciones empíricas. Hasta los últimos años setenta no se inició la fase actual del estudio científico de la adolescencia. Se trata de un importante movimiento interesado por el desarrollo del hombre en la segunda década de su vida, que ve su eclosión definitiva a partir de los noventa.

Los estudios realizados con adolescentes normales, no clínicos, durante los últimos años setenta y ochenta ya permitieron arrumbar una serie de mitos referidos a la adolescencia, que todavía suelen oírse y leerse con alguna frecuencia en nuestros medios. La visión pesimista que de la adolescencia tenía Stanley Hall se sumó a la expresada por psiquiatras y psicoanalistas durante muchos años. Pese a que las conclusiones de estos últimos se basaban en casos clínicos o en impresiones retrospectivas de pacientes adultos, llegaron a dar como *normativo* que la adolescencia constituía un período tormentoso, problemático, lindando con la psicopatología, cuando no cayendo de pleno en ella. Esta concepción ha ido manteniéndose, aunque en retroceso, hasta la fecha, siendo habitual verla todavía reflejada en voces de padres, educadores y profesionales de la salud, cuando opinan acerca de los problemas, conflictos y tormentas propios de la adolescencia, es decir, de *todos* los adolescentes.

La idea de que la adolescencia es una época de «tormenta y estrés» está siendo sustituida por una concepción más equilibrada, que la describe como un período del desarrollo caracterizado por una *reorganización* biológica, cognitiva, emocional y social dirigida a que el individuo consiga adaptarse a las expectativas y exigencias culturales implicadas en convertirse en adulto [12].

La cultura define y modela lo que cada individuo piensa acerca de sí mismo y de los demás, así como la percepción de las reacciones de los demás ante él. Las influencias sociales y culturales —y, por tanto, históricas— en el desarrollo del niño y del adolescente son sumamente variadas. Ingrediente fundamental de las mismas es el estilo educativo familiar, incluyendo elementos tales como la disciplina, la motivación para

alcanzar objetivos o las expectativas asociadas al papel sexual o de género. También influyen las formas que adoptan las relaciones padres-hijos, el lenguaje utilizado y lo que mediante él se transmite, las relaciones con los coetáneos y, por supuesto, los cada vez más variados y potentes agentes sociales actuantes al margen de la familia. Todos estos elementos, incidiendo conjuntamente, determinan el desarrollo de modos más o menos preestablecidos de comportamientos, percepciones y significados. Además, estos fenómenos se producen aprovechando la capacidad del sujeto para comprender señales sociales y responder y actuar de manera relevante para su cultura y comunidad de acuerdo con su fase evolutiva [13].

Sería un error quedarse anclado en una concepción de la adolescencia como una etapa pasiva del desarrollo, cuyo resultado es simplemente fruto de las influencias ambientales, socioculturales, recibidas por cada adolescente en cada momento histórico. Los adolescentes responden ante estas influencias, modelándolas a su vez de algún modo, en colaboración a veces con sus propias familias y casi siempre con sus coetáneos. Cada vez más la cultura de los adolescentes, que en parte es fruto de la sociedad en que viven, influye en la cultura de los adultos. Se palpa este fenómeno a diario viendo cómo las formas de vestir, los modismos del lenguaje, la tolerancia de ciertas costumbres, etc., que manifiestan los adolescentes van siendo aceptadas e incluso compartidas por la generación que les precede. Modificando, parcialmente, la cultura ambiente, el adolescente se modifica, parcialmente, él mismo.

La adolescencia es un fenómeno eminentemente cultural, partiendo de un componente fisiológico que es el desarrollo puberal. En consecuencia, sólo es posible definirlo en el contexto en que se desenvuelve la vida del adolescente. Resumiendo, hay tantas adolescencias como contextos socioculturales (y como tipos de desarrollo puberal). En una misma cultura las actitudes ante la maduración puberal y el desarrollo adolescente en principio pueden ser uniformes. Sin embargo, en nuestras complejas sociedades modernas, esas actitudes también pueden diferir en función de las distintas subculturas que conviven en su seno. Estas subculturas pueden definirse por la clase social, el grupo étnico, la religión, el medio rural o urbano, o el barrio en que vive el adolescente. Así pues, en una misma sociedad los adolescentes pueden resultar influidos, y, por tanto, diferenciados, según sus interacciones tengan lugar en unos u otros ámbitos y con unos u otros agentes culturales. En nuestras sociedades desarrolladas, occidentales, económicamente ricas, este fenómeno se está poniendo más de manifiesto gracias a la creciente inmigración que acogen.

En nuestro aquí y ahora ni siquiera puede hablarse de subcultura adolescente o juvenil, sino de subculturas. En efecto, algunos grupos de amigos y compañeros, con intereses y actitudes compartidas, pero relativamente diferenciadas de lo común, manifiestan estas diferencias a través de formas diferentes de hablar, vestirse, adornarse, peinarse, etc. Algunas mercancías y objetos de esta sociedad de consumo que algunos grupos juveniles tanto denuestan son adoptados por sus miembros convirtiéndolos en

símbolo y seña de su especial idiosincrasia. Recuérdese la función ejercida por los *scooters* en los grupos de *mods* o por los imperdibles o las ropas rasgadas de los *punks,* aunque pasado un tiempo *scooters* y ropas rasgadas se difundieran y generalizaran más allá de los grupos iniciadores.

La reflexión sobre las diferencias culturales que pueden influir en el criterio de lo que debe ser la adolescencia y en su plasmación cotidiana forzosamente debe incluir las diferencias entre sexos, diferencias que conducen a papeles genéricos sumamente dispares. Mientras nuestras muchachas adolescentes manifiestan cada vez más libertad sexual, en interacción con el aumento de la tolerancia del mundo adulto, vemos cómo en Oriente Medio, en el Magreb, en muchos países de América Latina, en Asia, en África, el honor, el prestigio e incluso los intereses económicos de las familias están asociados a la virginidad de las adolescentes, exigiendo que su sexualidad sea estrechamente observada y controlada. Sin embargo, en la mayor parte de esas sociedades, la actividad sexual de los varones está tolerada por los adultos y admirada por amigos y compañeros como muestra de virilidad. Son usos asociados a la preparación exclusiva de las chicas para la vida doméstica y la crianza de los hijos. En tales circunstancias, el desarrollo de esos adolescentes tiene lugar a través de procesos y resultados que distinguen extraordinariamente entre uno y otro sexo, al tiempo que se diferencian cada vez más de sus coetáneos occidentales.

Dicho esto, conviene recordar que el desarrollo y proliferación de los medios de comunicación está consiguiendo en los últimos años una muy eficaz homogeneización de influencias, lo que, en consecuencia, también facilita hasta cierto punto que tiendan a uniformarse muchas actitudes, valores y conductas de adolescentes de muy distintos países y culturas.

Los cambios sobrevenidos en el concepto de adolescencia y en la consideración que el adolescente de carne y hueso merece tampoco pueden separarse de la evolución sufrida por la familia en que se desenvuelve. En las sociedades occidentales, europeas, tradicionales, y en la generalidad de las primitivas, la familia ha desempeñado una función económica primordial. La agricultura, en principio actividad mayoritaria, exigía la aportación de todos y cada uno de sus miembros. Las familias solían ser mucho más numerosas que en la actualidad, e incluso abarcaban núcleos de parientes que hoy en día permanecen totalmente distanciados. En esa prolongada época, los padres veían a sus hijos como contribuyentes a la fuerza laboral familiar. Este hecho determinaba una considerable diferencia con lo que sucede hoy, cuando los padres se sienten en la obligación de preocuparse por la formación de sus hijos pensando en el futuro personal, autónomo, de éstos.

En la actualidad, el desarrollo infantil y adolescente permite al hijo observar cómo los adultos desempeñan los papeles que les son propios, no sólo laborales, sino también sociales. Los progresos de la sociedad industrial exigen formaciones profesionales complejas y prolongadas. Es esta exigencia la que ha conducido al establecimiento de la

educación obligatoria, una obligatoriedad que tiende a prolongarse a medida que se incrementan las demandas sociales. Este tiempo, cada vez más largo, dedicado a la preparación del individuo ha facilitado que se modifique y amplíe el concepto de adolescencia y de adolescente. Así han podido definirse con mayor claridad los papeles y funciones que deben diferenciar durante todo ese tiempo la conducta adolescente de la adulta, lo que no ocurría en épocas anteriores.

Keniston, en 1971, describió con franco acierto las aportaciones del siglo XX a la concepción actual de la adolescencia [14]. Aunque han transcurrido más de cuarenta años, sus observaciones siguen hoy siendo lúcidas. En primer lugar, constató que la adolescencia como etapa de la vida ha sido socialmente reconocida y aceptada. En segundo lugar, la sociedad ha empezado a sancionar y apoyar la adolescencia, dotándola progresivamente de recursos académicos, familiares, institucionales y económicos. Por fin, estos nuevos recursos, asociados a otros cambios sociales, han hecho que una proporción cada vez mayor de individuos de 13 a 18 años de edad tengan la posibilidad de continuar su desarrollo psicológico durante los años adolescentes. Entrado el siglo XXI, podemos añadir que ese «desarrollo psicológico» tiende a prolongarse con apreciable rapidez más allá de los 18 años. Mas no olvidemos que nos estamos refiriendo a lo que sucede en el mundo actual desarrollado. En Níger, o en Haití, o en Afganistán las cosas han de ser, son, forzosamente muy distintas.

Mucho de lo expuesto implica el importante papel de la escolarización en la delimitación del concepto de adolescencia y del propio fenómeno adolescente. Al iniciarse el siglo XX, en los países desarrollados el final de la enseñanza obligatoria pasó de los 12 a los 14 años; en la actualidad está situado entre los 16 y 18 años. Por otro lado, la cantidad de adolescentes que cursan estudios terciarios o universitarios se ha disparado en las últimas décadas. El desarrollo tecnológico ha dado lugar a una progresiva reducción de trabajos no cualificados, lo que exige más tiempo dedicado a la formación profesional. En Europa occidental cursa estudios universitarios alrededor del 30 por 100 de la población adolescente. Todo ello, junto a las siempre elevadas cifras de desempleo juvenil, ha supuesto una progresiva duración de un tiempo carente de autonomía, por lo menos económica, con todo lo que ello implica en pleno siglo XXI. La prolongación de la escolarización conlleva la prolongación de la dependencia de los padres. Es una situación que entraña riesgos fácilmente imaginables, aunque resulten difíciles de concretar. De hecho, carecemos de datos que confirmen los peligros que estas circunstancias pueden suponer para la salud mental de quienes las viven. Lo cierto es que, en términos prácticos, la adolescencia, junto con algunas de sus características psicosociales, se está prolongando en el tiempo significativamente.

Las confusiones resultantes de no saber exactamente qué es la adolescencia, ni, sobre todo, cuándo acaba, a veces promueven medidas legislativas sorprendentes por paradójicas. Estados Unidos ocupa un lugar de privilegio dado su amplio muestrario de tales paradojas legales. He aquí algunos ejemplos: a los 14 años es posible pilotar un

avión, pero no conducir un automóvil; a los 17 años es posible enrolarse en el ejército, pero hasta los 18 años no se autoriza el voto, momento en que no existe autorización legal para consumir alcohol; en muchos estados a los 14 años una muchacha puede abortar sin informar a sus padres ni contar con su consentimiento, pero se precisa el permiso de los padres para ausentarse de la escuela, etc. [15].

En nuestra sociedad no están bien definidos ni los límites funcionales ni los papeles sociales respectivos de niños y adolescentes; tampoco los del adulto. De ahí que haya adolescentes que intentan comportarse como adultos y adultos que actúan como adolescentes. Nuestra sociedad cuenta con ideales de hecho prepuberales, por ejemplo, el de una silueta corporal delgada, que muchas adolescentes (y adultas) viven intensamente, y los medios de comunicación les confirman a diario. La inmensa mayoría de la población adulta se esfuerza por ser —aparentar ser— lo más joven posible, tanto física como conductualmente. Las normas de conducta y los valores de los adultos suelen ser fluctuantes, inseguros, confusos. ¿Qué van a interiorizar los adolescentes? ¿Con qué modelos de transición hacia lo adulto se van a quedar? ¿Qué actitudes y valores van a interiorizar? Cuando los adolescentes inician su andadura puberal precozmente o cuando lo hacen con retraso, las confusiones todavía pueden ser de mayor enjundia: ni siquiera les es posible seguir con seguridad la normativa pautada por su grupo mayoritario de coetáneos...

Todos estos fenómenos forman parte del proceso de *socialización* adolescente. Los distintos agentes sociales pueden favorecerlo o dificultarlo. Alsaker resumió algunas características de las conductas de los agentes socializadores, familia, escuela, etc., que pueden causar problemas a los adolescentes por ellas afectados [16]:

— Los agentes no son suficientemente fuertes; por ejemplo, sus reacciones no se experimentan como sanciones.
— Diferentes agentes importantes se contradicen entre sí.
— Los agentes incurren en «mensajes dobles»; por ejemplo, verbalmente comunican un tipo de normas y en la práctica actúan de modo distinto.
— Los propios agentes están confusos o inseguros sobre las normas y expectativas a transmitir.

Este último punto, vivido muy a menudo en la actualidad, puede ser consecuencia de la ausencia de normas claras en la sociedad o de las dificultades para asignar al «objeto» de la socialización, el individuo adolescente, un papel determinado. Esto último suele ocurrir a los adolescentes que no son vistos ni como niños ni como adultos y, sobre todo, a los que inician su pubertad demasiado pronto o excesivamente tarde.

Bastantes actitudes y conductas de los adolescentes suelen ser juzgadas por los adultos como insuficiencias en el proceso de socialización. Para ellos los adolescentes no estarían actuando según las normas propias de su estado, su fase evolutiva y/o su sexo; serían, por tanto, «anormativos». Analizando este extremo, Alsaker, con acierto, señala

que estos planteamientos suelen ser errores de apreciación o etiquetado de los adultos. Los adolescentes no son «anormativos»; lo que sucede en esos casos problemáticos es que: 1) intentan seguir las normas vigentes en un grupo de coetáneos, elegidos como referencia, cuyos valores, intereses y cultura no coinciden con lo esperado por los adultos, o 2) desean ingresar demasiado pronto en el mundo adulto e intentan la consiguiente asunción de sus normas, concretamente las que consideran apetecibles, con frecuencia practicadas en el ámbito de un grupo de mayor edad. En ambos casos el proceso de socialización habría funcionado, aunque sus resultados no satisfagan a los adultos.

Mejor o peor definidos —y autodefinidos— los adolescentes, nuestros adolescentes, existen. Bien lo saben comerciantes e industriales. Porque nuestros adolescentes, los que pululan por las sociedades desarrolladas, competitivas, consumistas, constituyen una potente fuerza económica. Colectivamente disponen de muchos millones de euros o dólares o yenes, que mayoritaria y gentilmente les suministran sus familias. Fabricantes y vendedores de prendas de vestir, zapatillas más o menos deportivas, bebidas de todo orden, alimentos siempre *light,* discos y vídeos musicales, etc., se vuelcan en cultivar el mundo adolescente. Su publicidad llena muchos programas de televisión etiquetados de «juveniles», es decir, programas en los que predominan cuantitativa y cualitativamente sexo y violencia. La red de influencias así creada es tan potente que forma parte determinante de lo que se ha dado en llamar *cultura* o *subcultura adolescente.*

Uno de los ingredientes de esta cultura o subcultura ha sido la influencia que han ejercido y ejercen determinados personajes públicos constituidos en ídolos de adolescentes. Las chicas, las fans, encuentran estos personajes en los magacines para ellas diseñados, en los carteles publicitarios, en televisión, en páginas *web,* en las películas. Las Spice Girls, Britney Spears, Madonna, son sólo algunas de las féminas que han alcanzado tal consideración, es decir, tal influencia. Los varones adolescentes tienden más a establecer como ídolos a figuras del deporte. En otras épocas históricas la idolatría popular no tenía las implicaciones imitativas que tiene gran parte de la actual. Las influencias ejercidas por personajes como Rodolfo Valentino, en los años veinte, o Frank Sinatra o Elvis Presley en los cincuenta, eran de índole muy distinta. Eran de otra cultura e influían de otros modos en otras subculturas.

Los adolescentes del mundo occidental desarrollado, nuestros adolescentes, gozan de mejor salud física que en cualquier otro tiempo pasado. De ahí, entre otras cosas, el progresivo incremento de su talla y peso, y la reducción de la edad puberal. Parecen ser una excepción las enfermedades de transmisión sexual. Las relaciones sexuales son cada vez más tempranas, suelen llevarse a cabo con mayor diversidad de parejas, y con excesiva frecuencia sin protección suficiente. Alrededor del 1 por 100 de los enfermos de sida son adolescentes [17].

En la actualidad, la principal causa de mortalidad adolescente radica en los accidentes de tráfico. Pero hay excepciones que ponen de manifiesto sorprendentes diferencias

socioculturales. Por ejemplo, en Estados Unidos los homicidios constituyen una causa muy principal de fallecimientos adolescentes y juveniles. En efecto, un adolescente americano tiene de 10 a 15 veces más probabilidades de morir asesinado que otro de la misma edad en cualquier país europeo [18].

Nuestra sociedad postindustrial está lanzada a cambios continuos, cada vez más acelerados, que provocan el envejecimiento apresurado de todo lo nuevo. Hábitos, costumbres, normas y valores también están siguiendo derroteros semejantes. Los hombres y mujeres de hoy, en términos psicosociales, poco tienen que ver con los de ayer. Por el mero hecho de esta avalancha de cambios las relaciones de nuestros adolescentes con sus padres y con la sociedad general también son muy distintas de las vigentes en la generación anterior. Antes hemos hecho referencia a los cambios sociales contemporáneos fruto de la modernización y la globalización. Estos fenómenos sociales incluyen una serie de innovaciones, algunas de las cuales han demostrado ser muy influyentes [19]:

— *Diferencias generacionales.* Ahora son mayores que entre cualesquiera otras generaciones a lo largo de la historia. Los estilos de paternidad aprendidos en la generación previa resultan obsoletos o ineficaces en su aplicación actual. La tolerancia de conductas e ideas determina marcos sociales —y, por tanto, educativos— distintos. Hace treinta años un hijo de padres separados se sentía diferente de sus compañeros, su autoestima tendía a ser escasa y propendía a ocultar su condición. En la actualidad, la elevada frecuencia de separaciones y divorcios y la tolerancia social ante tales hechos ha reducido drásticamente este tipo de problemática (aunque puedan mantenerse los efectos estresantes de la separación).
— *Efecto combinado de la cultura pop y los compañeros.* Las familias actuales compiten con una «segunda familia» poderosamente influyente constituida por los amigos y/o amigas y la cultura *pop,* cultura sumamente centrada en los adolescentes, y con frecuencia interesadamente dirigida a ellos. Cultura familiar y cultura *pop*-coetánea suelen no ser iguales; a menudo son divergentes. En casos extremos los adolescentes eligen el grupo o la banda como una «familia» donde pueden reemplazar las conflictivas o inadecuadas relaciones que sostienen o sostenían con sus padres.
— *La comunicación con los adolescentes en la era de la tecnología.* Nuestras sociedades urbanas desarrolladas cada vez separan durante más tiempo a padres e hijos, reduciendo así sus oportunidades de comunicación. Horarios laborales, horas de estudio, actividades extraescolares, visionados de televisión compartidos o no, etc., dejan escasísimo tiempo para el intercambio de informaciones y orientaciones. Mas los adolescentes precisan comunicarse y lo van consiguiendo a través de las modernas tecnologías, móviles, Internet, chateos... Son mayoría los

padres cuyos conocimientos de tales tecnologías están muy lejos de los adquiridos por sus hijos. Este desconocimiento les impide no sólo comunicarse con los adolescentes a través de tales recursos, sino también supervisar y controlar muchas de sus actividades.

Este conjunto de hechos no tiene por qué favorecer la salud mental de los adolescentes ni la ausencia de conflictos interpersonales. Los antropólogos indican que en las sociedades preindustriales, con menor énfasis en la autonomía individual y menos expectativas para tomar decisiones ocupacionales e independizarse por completo de las familias, también son menos frecuentes las crisis tormentosas de los adolescentes y los conflictos con los padres [20].

En este contexto sociohistórico irrumpen y se desarrollan nuestros adolescentes. En él experimentan sus cuerpos, de él reciben modelos estéticos y normas de conducta, él les suministra instrumentos de crítica y autocrítica. El modo como nuestra sociedad actual influye en la concepción que el adolescente actual tiene de su cuerpo, en la presentación pública del mismo, en su conducta sexual, en los problemas que todo ello le genera, constituye lo esencial de los próximos capítulos. Los antecedentes cercanos y remotos ya han quedado pergeñados.

REFERENCIAS

[1] Toro, J. (2010). *El adolescente en su mundo. Riesgos, problemas y trastornos.* Madrid: Pirámide.

[2] Ariès, P. (1960). *L'enfant et la vie familiale sous l'Ancien Régime.* París: Plon.

[3] Beach, F. A. y Ford, C. S. (1951). *Patterns of sexual behavior.* Nueva York: Harper & Row.

[4] Lutte, G. (1991). *Liberar la adolescencia. La psicología de los jóvenes de hoy.* Barcelona: Herder.

[5] Vandereycken, W. y Van Deth (1990). What happened to the growth spurt of nineteenth-century adolescents? An essay on the history of a scientific omission. *Psychological Medicine, 20,* 767-771.

[6] Fuchs, E. (1985). *Illustrierte sittengeschichte in sechs bänden.* Francfort: Fischer (versión en español: *Historia ilustrada de la moral sexual.* Madrid: Alianza).

[7] Hernández, D. J. (1997). Child development and social demography of childhood. *Child Development, 68,* 149-169.

[8] Nurmi, J. E. (2004). Socialization and self-development. En R. M. Lerner y L. Steinberg (dirs.): *Handbook of adolescent psychology.* Hoboken, Nueva Jersey: Wiley, pp. 85-125.

[9] Hall, G. S. (1904). *Adolescence.* Nueva York: Appleton.
[10] Freud, A. (1958). Adolescence. *Psychoanalytic study of the child, 13,* 255-278.
[11] Erikson, E. (1964). *Childhood and society.* Nueva York: Norton.
[12] Susman, E. J. y Rogol, A. (2004). Puberty and psychological development. En R. M. Lerner y L. Steinberg (dirs.): *Handbook of adolescent psychology,* 2.ª ed. Hoboken, Nueva Jersey: John Wiley & Sons, pp. 15-44.
[13] Canino, I. A. y González, N. M. (2003). Sociocultural issues in adolescent development. En R. Rosner (dir.): *Textbook of adolescent psychiatry.* Londres: Arnold, pp. 165-170.
[14] Keniston, K. (1971). Youth as a estage of life. *Adolescent Psychiatry, 1,* 161-175.
[15] King, R. A. (2002). Adolescence. En M. Lewis (dir.): *Child and adolescent psychiatry. A comprehensive textbook,* 3.ª ed. Filadelfia: Lippincott Williams & Wilkins, pp. 332-342.
[16] Alsaker, F. D. (1996). Annotation: the impact of puberty. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 37,* 249-258.
[17] Hechinger, F. M. (1992). *Fateful choices: healthy youth for the 21st century.* Nueva York: Carnegie Corporation.
[18] Hingson, R. y Howland, J. (1993). Promoting safety in adolescents. En S. G. Millstein, A. C. Petersen y E. O. Nightingale (dirs.): *Promoting the health of adolescents: new directions for the twenty-first century.* Nueva York: Oxford University Press, pp. 305-327.
[19] Wolfe, D. A., Jaffe, P. G. y Crooks, C. V. (2006). *Adolescent risk behaviors.* New Haven: Yale University Press.
[20] Schlegel, A. (2000). The global spread of the adolescent culture. En L. J. Crockett, R. E. Sieving, C. S. McNeely y R. W. Blum: Maternal expectations, mother-child connectedness, and adolescent sexual debut. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, 154,* 809-816.

3. Cuerpo y vestido a lo largo de la historia

La preocupación por la apariencia corporal, los usos y costumbres del vestir, la mayor o menor erotización del cuerpo vestido (o desnudo), son otros tantos fenómenos que, a lo largo de los tiempos, han pasado por múltiples cambios y avatares en función de las reglas del juego dictadas por la cultura de cada momento sociogeohistórico. En este capítulo pasaremos revista resumida a algunos de estos comportamientos, actitudes y motivaciones vigentes en las distintas épocas que han constituido la historia de nuestro mundo occidental. El lector debe tener presente que, en el contexto de este libro, los distintos momentos sociales aquí descritos nos interesan en la medida en que describen los usos y costumbres relacionados con el cuerpo y el vestido que en cada época forzosamente debían influir en los adolescentes que en ella vivían, estuvieran definidos como tales o no. Se trata de los marcos culturales que debían modelar las actitudes y conductas de los adolescentes referidas a su cuerpo, sus vestidos y su sexualidad.

3.1. EL MUNDO CLÁSICO: GRECIA Y ROMA

En la Grecia clásica, la túnica *(chiton)* era la prenda común. Cubría todo el cuerpo, incluyendo el brazo izquierdo, dejando libre el derecho. Su longitud determinaba la posición del usuario. Los jóvenes llevaban una especie de esclavina sujeta al cuello, llamada *clámide.*

Especialmente en el período arcaico, las mujeres, desnudas bajo su túnica, utilizaban una fina banda de tela, el *apodesmos,* que les permitía ceñir —y, por tanto, subrayar—, caderas y pechos. Más adelante, el apodesmos se hizo invisible bajo la túnica, en la manifiesta intención de elevar y sujetar el pecho. Se interpreta que, así, las mujeres indicaban a los varones que su cuerpo no estaba hecho únicamente para engendrar [1]. Otra prenda, el *zona,* más ancha, ejercía presión sobre el vientre, ciñéndolo, en un intento de hacerlo plano. Apodesmos y zona son considerados como los antecedentes remotos del sostén y la faja.

El sexo no se cubría. En todo caso se disimulaba bajo la túnica. Esta costumbre no tenía nada de vergonzoso, simplemente carecía de interés. Las mujeres cretenses

utilizaban una especie de corsé, otro antecedente, que permitía exhibir públicamente el pecho, presentándolo del modo más voluminoso posible, quedando todavía más realzado por la paralela reducción de la cintura.

El cuerpo masculino era objeto de cuidado especial, reverenciado, y considerado más atractivo que el femenino. En el siglo VII a. C. estaba vigente un modelo de cuerpo masculino dotado de hombros amplios y caderas estrechas, conocido como *estilo dedálico.* El cuerpo masculino idealizado de esta época se presenta de forma estilizada en los mármoles, en los que se esculpía, subrayándola, una musculatura claramente definida [2]. Se trata de un modelo muy semejante al actualmente vigente, lo que merece la pena ser tenido en cuenta.

En Grecia, el desnudo público era relativamente común, especialmente el masculino. Los atletas, por ejemplo, se entrenaban y adiestraban en el *gymnasium,* un lugar donde el ejercicio se practicaba sin prenda de vestido alguna. Precisamente la palabra *gymnos,* de la que procede gymnasium, significa «desnudo». Pero en esas instituciones no sólo se practicaba actividad física; las principales escuelas filosóficas tenían sus cuarteles generales en los gimnasios. En estos contextos se generó el ideal de vida que en lengua latina se formuló como *mens sana in corpore sano.* El cuerpo debía desarrollarse tanto como la mente. La naturalidad del desnudo llevó a Sócrates a considerar la desnudez como una forma de honestidad. Y Pericles, hombre de estado, general y atleta, proclamó que los hombres debían trabajar armoniosamente para conseguir «la perfecta belleza de nuestros cuerpos y las principales virtudes de nuestra alma...» [3]. El desnudo de los atletas, modelos e ídolos de la época, se mantuvo vigente en los Juegos Olímpicos hasta el año 393 d. C., cuando el emperador Teodosio prohibió dichos Juegos por considerarlos ceremonias paganas.

No se permitía que las adolescentes y jovencitas fueran expuestas a la luz pública a menos que asistieran a una celebración religiosa, a una reunión familiar o realizaran una compra personal. En estos casos debían ir acompañadas, sea por una maestra, sea por una esclava. Aun permaneciendo en sus casas, su espacio vital solía limitarse a un área especial, el *gynaekonitis,* usualmente situado en el piso superior. Ésta era la *sophrosyne* («prudencia») que los griegos exigían a sus muchachas... [4].

Las mujeres no tenían entrada en el *gymnasium* ya que no era precisa su educación especial puesto que no estaban llamadas a participar en asuntos civiles. Sin embargo, tras algunos movimientos reivindicativos, se desarrollaron competiciones atléticas femeninas. Esto sucedió especialmente en Esparta, siguiendo los principios eugenésicos del Estado. Durante tales competiciones, las mujeres, al igual que los hombres, demostraban sus habilidades completamente desnudas. En Esparta nadie se escandalizaba por el hecho de que las jóvenes participaran desnudas en danzas y procesiones [5]. Las jóvenes atenienses no podían tener contactos con el sexo opuesto ni podían elegir pareja con quien contraer matrimonio. Es más, si la casa recibía invitados, las mujeres de la familia, casadas o solteras, permanecían alejadas de ellos, quienes eran atendidos por el varón de

la casa y los esclavos.

Para los griegos la medida de belleza ideal era la *media de oro,* una concreción de su culto al equilibrio. Lo extremo, lo extraño, no podía ser perfecto. Aplicada al cuerpo femenino, la media de oro postulaba la igualdad de tres distancias: entre los dos pezones, entre la parte inferior del pecho y el ombligo, y entre el ombligo y el pubis.

En Roma probablemente eran más valoradas ciertas peculiaridades y rarezas de rostros y personas que el cumplimiento de criterios estéticos corporales rígidos. Gestaron una de las pocas culturas en que se veía con buenos ojos la delgadez o, por lo menos, se tendía a evitar el sobrepeso. Sin embargo, la consideración principal de la mujer como suministradora de hijos al Estado permite pensar que la valoración positiva de la delgadez bien pudiera haber sido fundamentalmente teórica.

En Roma, la toga era la prenda más común, aunque no podían usarla los esclavos. Dada la enorme extensión del imperio, los climas que sufrían sus habitantes eran notablemente distintos. Por tal motivo en Roma pudieron verse por vez primera vestidos estacionales. Los varones tenían peculiaridades y normas estéticas del vestir bastante exigentes. Los pantalones, las mangas y ropas sueltas eran considerados antiestéticos y antirromanos. Julio César recibió duras críticas por llevar el cinturón demasiado flojo, aunque tal costumbre fue imitada por sus seguidores más jóvenes bien dispuestos a escandalizar a las generaciones de más edad [6].

Las mujeres, siguiendo al parecer influencias griegas, también utilizaban una especie de sostén. En un principio, en lugar de *sostener,* esa pieza debía *contener* el pecho, puesto que durante la República los signos externos de femineidad no eran compatibles con ser virtuosa [1]. En consecuencia, las adolescentes romanas, para encontrar esposo, debían reducir al máximo el volumen de sus pechos, aplastándolos mediante una venda muy ceñida. Si, pese a todo, sus pechos se hacían notar, eran forzadas a aumentar su compresión mediante una tira de cuero.

Aunque las películas «de romanos» nos han presentado mujeres vestidas con túnicas transparentes, escotes generosos y hombros seductores, lo cierto es que sólo las diosas esculpidas podían mostrar fragmentos de sus carnes. El pudor era la norma de la mujer romana. Por la calle vestía su *palla,* un manto que la cubría de la cabeza a los pies dejando a la vista únicamente rostro y manos. Bajo el manto llevaban una túnica de manga corta. Las casadas portaban una segunda túnica, la *stola,* larga hasta los pies [6].

Los romanos, al igual que los griegos, también idealizaron el cuerpo masculino. Su compendio de belleza física era el guerrero musculado y delgado. Odiaban la obesidad e idealizaban la delgadez (relativa).

3.2. ÉPOCA MEDIEVAL

Durante unos cuantos siglos, las vestimentas de hombres y mujeres eran muy semejantes. Llegada la Edad Media empezaron a establecerse diferencias relativamente claras entre las ropas que cubrían a cada sexo, aunque era la clase social lo que más determinaba las discrepancias. En las sociedades occidentales, el vestido no ha contado como prenda específicamente femenina hasta el siglo XII. Hasta entonces no había pasado de ser una envoltura tubular del cuerpo, con o sin mangas, compartida por unos y otras.

En esos tiempos se hizo muy estricta la prohibición de que las mujeres mostraran las piernas. Esta norma determinó que sus vestidos adoptaran siempre la forma de falda larga (o de toga). Esta prenda, iniciada en el Medioevo, mantendría su vigencia durante cinco siglos. Las mujeres tampoco podían denotar sus senos. Sin embargo, un cuerpo más bien tendente a la gordura era considerado elegante y erótico (criterio que se ha mantenido hasta hace escasas décadas). Los artistas medievales idealizaron la «figura reproductiva», puesto que el abdomen prominente era valorado positivamente como signo de fertilidad [7]. Las sayas o sobresayas convertían a las mujeres en una especie de columnas vestidas. Entrado ya el siglo XIV, el vestido, mediante pinzas y fruncidos, moldeaba el busto, manifestando un pecho definido y redondo. Algunas damas llegaban a vestirse de manera más liberal, mereciendo la condena de Dante, en cuyo *Purgatorio* incluye a «... las desvergonzadas damas florentinas por ir mostrando la garganta y los pechos...» [1]. Pero se trataba de una reducida y elitista excepción.

El recato medieval presentaba sorprendentes excepciones. Buen ejemplo de ello es lo que sucedía en los baños públicos. Sus usuarios generalmente se bañaban desnudos. Cuando el baño tenía lugar en el mar o en los ríos, el ejercicio del pudor quedaba limitado a colocarse las manos sobre el bajo vientre antes de sumergirse en el agua. Hay que tener en cuenta que la mayor parte de los bañistas eran varones y que el desnudo masculino no parecía inquietar a nadie [1]. Asimismo, y contra lo que suele opinarse, la sexualidad propiamente dicha se expresaba con mayor libertad que en épocas posteriores. La gente se tocaba, abrazaba y acariciaba con pública desinhibición. En los hogares la privacidad personal brillaba por su ausencia tanto en las clases altas como en las bajas. Los miembros de una familia se aseaban y dormían juntos y desnudos. La educación sexual formal no era precisa en absoluto. Cortejos y embarazos eran comentados abiertamente y las mujeres daban a luz en su casa. Los niños pequeños podían ser masturbados para inducirles al sueño. Los niños dormían con los adultos y presenciaban sus relaciones sexuales. Y, claro está, aprendían [8]. Por otro lado, en cuanto alcanzaban la pubertad tanto varones como chicas ya eran adultos aptos para casarse.

Pese a todas estas «licencias», en la ascética Edad Media, en una Europa controlada por completo por la Iglesia católica, el cuerpo no pasaba de ser la envoltura efímera y transitoria del alma inmortal [9].

Las mujeres también utilizaban lo que puede considerarse como el inicio de la lencería. Se trataba de unas ropas lisas que protegían el cuerpo del contacto con las

ásperas telas que vestían. Pero ni hombres ni mujeres usaban prendas que cubrieran particularmente sus genitales, con la excepción de los religiosos, que llevaban calzoncillos.

Tras haber estado forzosa y oficialmente olvidado, el siglo XIV albergó un aparente descubrimiento del cuerpo, un cuerpo «creado a imagen y semejanza de Dios», pero hasta entonces considerado más bien vergonzoso y condenable [1]. Se abandonó la indumentaria de simple ocultación, suelta, introduciéndose cambios que facilitaban manifestar parcialmente las formas corporales. Los lazos y los botones permitían ajustar y adaptar al cuerpo la ropa femenina. Los vestidos femeninos no sólo se hicieron más entallados; también empezaron a acompañarse de escotes más o menos provocativos que suscitaban la indignación de los bien pensantes. La vestimenta había comenzado a denotar, manifestar, revelar, el cuerpo.

Paralelamente el ropaje masculino se acortó, evolucionando hacia unas calzas o mallas ajustadas que evidenciaban y realzaban las piernas, lo que sí se permitía a los varones [10]. Así, mientras el vestido femenino iba descendiendo hasta el suelo, el masculino iba ascendiendo dejando al descubierto el contorno de las piernas y poco después de las nalgas, para consternación de ancianos y conservadores quienes consideraron tales usos indecentes y escandalosos [11].

3.3. EL RENACIMIENTO

Éste es el nombre que recibe un período de la historia de Europa occidental, concretamente los siglos XV y XVI, en el que tuvo lugar un notable movimiento de revitalización cultural. Se difundieron las ideas del llamado *humanismo* y se expandió una visión renovada del hombre y del mundo.

En la Italia del siglo XIV ya se habían vivido los primeros cambios. La belleza física empezó a valorarse por sí misma. Empezó a ser apreciada como algo secular y no como un paso en el camino que conducía a Dios, tal como había prevalecido desde los primeros tiempos del cristianismo. Se estaba abriendo paso la noción de cuerpo como algo personal y privado, concepción vigente hasta nuestros días, aunque compatible, hoy, con la extendida exposición pública del cuerpo. En el Renacimiento el cuerpo del hombre y de la mujer era enjuiciado y contemplado desde una perspectiva muy distinta de la medieval. El cuerpo masculino era considerado bello cuando manifestaba fuerza y energía. El femenino cuando denotaba su idoneidad para la maternidad. Ello suponía apreciar en la mujer senos más bien voluminosos, caderas anchas, cinturas rellenas, brazos macizos y piernas vigorosas. La belleza corporal tendía a asociarse a una notable sensualidad. La belleza de los pechos constituía un motivo central y frecuente de las

canciones nupciales [9]. De la mujer llegaron a describirse hasta treinta y seis atributos estéticos. En el caso del hombre bastaba con uno: que estuviera bien dotado por la naturaleza para las faenas del amor... [9]. Estas valoraciones estéticas determinaron que fueran más apreciados los hombres y mujeres en la madurez que en la juventud. En efecto, entre los treinta y cinco y cuarenta años los hombres alcanzaban su máxima fuerza física y potencia sexual al tiempo que las mujeres experimentaban el pleno desarrollo de su anatomía femenina. El arte renacentista, emulando la escultura griega clásica, representaba desnudo el cuerpo de los varones.

A partir del siglo XIV ya se puede empezar a hablar de *moda.* Es en las cortes europeas, especialmente en la de Luis XIV, donde se gestan los cambios que incluye ese término. Es obvio que se trataba de una moda exclusiva para los poderosos. Hasta 1700 la moda no se convierte en una tendencia social realmente potente [11]. Hasta muchas décadas después no se convertiría en algo al alcance de todos los estamentos sociales. Todo lleva a suponer que la aparición y desarrollo de la moda no puede separarse de los cambios sociales que generaban su contexto. La promoción del comercio, principalmente de la seda y el algodón, junto con la estructura y dinámica de las ciudades-estado renacentistas, constituyeron el caldo de cultivo para tal fenómeno cultural.

Las cortes renacentistas iniciaron y difundieron una serie de cambios muy relevantes relacionados con el cuerpo. En su ámbito se desarrolló una innovadora normativa destinada a regular conductas tales como comer, dormir e incluso defecar y copular, conductas todas ellas que en épocas anteriores se practicaban abiertamente y de las que se hablaba sin tapujos. En los ambientes cortesanos se ocultaban cada vez más esos comportamientos y funciones, siendo considerados vergonzosos [10]. Mas el cuerpo ya era *otra cosa.* El cuerpo ya era un transmisor de mensajes sobre la persona que encarnaba y sobre su posición social. El cuerpo, su apariencia, entrañaba valor social. Se había entrado de lleno en la *socialización del cuerpo.* Lógicamente, los usos y costumbres del vestir resultaron afectados. Sin embargo, en esos ambientes aristocráticos las vestimentas solían ser largas, confeccionadas con muchos metros de tejido, desvelando muy poco de la silueta corporal. Es decir, los vestidos eran exhibidos y observados sobre todo como muestras de riqueza y posición social.

Los atavíos masculinos y femeninos se fueron diferenciando cada vez más. La *masculinidad* se manifestaba a través de ropajes que incluían hombreras para aparentar o subrayar anchos hombros, de ceñidos que dibujaran caderas estrechas y de piernas musculosas y almohadilladas. Sin olvidar las cápsulas de pubis o *braguetas* (así llamadas por los franceses), que, originadas en una abertura funcional practicada en la parte delantera de las calzas y ocultada por el faldón de la camisa, en el siglo XVI se convirtieron en un auténtico adorno muy elaborado, de volumen exagerado gracias a rellenos de lana, y de colores distintos de los que teñían las calzas... Los ricos incluso las revestían con llamativas joyas de oro y piedras preciosas [9]. De hecho, la entrepierna constituía la zona prominente del cuerpo masculino, la que se exhibía, como simulando

una actividad sexual permanente (¡cuán poco han cambiado algunas cosas!...). Las medias, moldeadoras de las piernas, eran consideradas signo de masculinidad, siendo suficientemente caras para que sólo pudieran ostentarlas los ricos.

Este patrón del vestir contrastaba con el femenino, mucho menos «agresivo», concretado en un equilibrado conjunto de corpiño y falda [12]. Finalizándose la Edad Media, ya en el siglo XV, las mujeres habían empezado a utilizar *corsé,* costumbre que persistiría durante más de cuatro siglos. Este utensilio reducía la cintura subrayando una silueta corporal específicamente femenina. Sin embargo, no parece que estuviera asociado al atractivo sexual, al erotismo. Lo significativo era la posición social de la dama que lo llevaba; ése era el mensaje que traducía. El corsé fue en un principio una corta prenda de vestir masculina, antecedente del jubón. Es interesante que a lo largo de la historia se han utilizado prendas que han pasado del varón a la mujer, cambiando entonces de nombre. Pero nunca lo han hecho de la mujer al hombre [1].

Vestidos algo más ceñidos, utilización de corsés, aparición de escotados... fueron otros tantos hitos en la aproximación social, pública, al cuerpo. Gracias al corsé, senos y caderas quedaban más dibujados, subrayados. Los pechos se mostraban a menudo de la manera más audaz. La escasez de pecho y la relativa estilización del cuerpo promovidas en la Edad Media correspondían a una visión ascética del mundo y de los hombres, incompatible con los valores renacentistas. La exposición pública de senos y caderas se ha producido en muy distintos momentos históricos, unas veces por refinamiento más o menos erótico, otras por razones de salud. En el Renacimiento suponía una manifestación de salud [9]. El retrato renacentista permitía ver a la mujer tal como era, lo que no ocurría en el Medioevo. Se trataba de una moda —su inicio— destinada a «realzar los encantos».

Sin embargo, las normas de la época seguían postulando que las damas y damiselas burguesas, las que usaban esos vestidos, debían conducirse con el máximo recato y la mínima exhibición del cuerpo. Ante los varones tenían que bajar sus ojos, no debían mirar ni hablar a los hombres a menos que éstos se dirigieran explícitamente a ellas; al caminar, los brazos habían de permanecer quietos y los pasos ser menudos; no podían cruzar las piernas al sentarse; en la mesa debían esconder las manos bajo el mantel... Por supuesto, las muchachas y mujeres del pueblo llano, las campesinas, es decir, la mayoría de la población, transitaban por sus vidas a gran distancia de tales usos y costumbres. Una sencilla ilustración: por ley las personas pobres no podían tener pañuelos...

Aquellos recatos y pudores se acompañaban de paradójicas contrapartidas. La desnudez no era materia de preocupación especial. En el siglo XVI, por ejemplo, la gente dormía completamente desnuda. Así se conducían tanto hombres como mujeres de todas las edades. Con frecuencia los cónyuges dormían con sus hijos y la servidumbre en un aposento común sin que existieran tabiques de separación entre ellos [9]. Por otro lado, las relaciones sexuales prematrimoniales —y, por tanto, durante la adolescencia— eran habituales en la mayoría de las capas del pueblo. Este hecho influía en el notable número

de embarazos extramatrimoniales que se producían en esta época. En consecuencia proliferaron las técnicas para devolver la virginidad (?) y los procedimientos abortivos, habiéndose descrito alrededor de doscientos cincuenta [9]. Téngase en cuenta que durante los siglos XV y XVI el estado civil considerado más digno era el de casado. La soltería era considerada poco menos que un vicio. De ahí la necesidad de que se contrajera matrimonio lo antes posible; si se podía, nada más alcanzar la pubertad (o antes).

La mayor insinuación pública de las formas corporales iba acompañada de aparentes exageraciones y de pudorosas correcciones. La más evidente fue el *verdugado,* una enagua gruesa atiesada extendida sobre una auténtica jaula hecha de mimbres o juncos. Las caderas resultaban anchísimas permitiendo que la silueta adquiriera forma de cruz (recuérdense las meninas). En Francia, las caderas voluminosas se conseguían situando debajo de la falda cojines en forma de media luna. Más adelante el verdugado fue sustituido por *guardainfantes, tontillos* o *miriñaques,* distintos tipos de faldellines o enaguas, hechos de barbas de ballena o de varillas de acero, destinados en última instancia a realzar la finura del talle. Pero enaguas y almohadillas hacían que muchas mujeres semejaran embarazadas, lo que satisfacía la predilección por la madurez propia de esta época.

Bajo sus vestidos y enaguas la mujer de esta época no llevaba ropa alguna. Fue Catalina de Médicis, en el siglo XVI, quien ideó los *calzones,* una prenda que permitía ocultar y proteger el sexo, difundiéndose su uso con notable rapidez. Siendo como era una prenda al servicio del pudor, las cortesanas venecianas las utilizaban para excitar aún más a sus clientes [1].

Como ya se apuntó, en esta época el modelo estético corporal femenino correspondía más bien a una mujer gruesa. La función reproductora ocupaba un muy primer plano. A partir de la pubertad estar gestante o en crianza era lo común. El atractivo físico no podía disociarse de tales funciones. La fémina ideal era una matrona rolliza, de senos llenos y caderas voluminosas. Siguiendo la teoría de Leonardo da Vinci de que el círculo es la forma perfecta, hombres y mujeres parecían aspirar a presentar una apariencia redondeada, facilitando que los vestidos adquirieran un cierto aspecto sensual. Eran bastantes las mujeres que colocaban estratégicamente alguna almohadilla bajo su falda. Esas almohadillas no se suprimieron hasta mediado el siglo XVII.

En la Europa renacentista, especialmente en la Europa central, dos instituciones sociales permitían que muchachos y muchachas desarrollaran sus primeros escarceos íntimos o practicaran más o menos furtivamente su sexualidad. Se trataba de los talleres de costura y las casas de baños [9]. En tales ámbitos, por supuesto, no sólo eran los más jóvenes quienes se entregaban a tales menesteres; hombres y mujeres de muy variadas edades participaban asiduamente. Los *talleres de costura* funcionaban un par de veces por semana en ciudades y aldeas. Chicas y mujeres maduras se reunían para hilar, tejer y coser. Los muchachos solían sentarse tras las jovencitas para ayudarles a estirar los

residuos de hilo de cáñamo que aparecían en el cañamazo de las chicas. Esta operación solía ser aprovechada para llevar las manos bastante más allá que el cañamazo... El mayor atrevimiento de los muchachos permitía a la costurera en cuestión adquirir prestigio ante sus amigas. Estas situaciones y contactos solían prolongarse fuera del taller dando lugar a cortejos y a contactos sexuales relativamente tolerados por la comunidad.

Las *casas de baños* tenían como objetivo promover la limpieza y la salud de la población. Por razones de higiene, los ciudadanos y ciudadanas discurrían por tales casas en una desnudez casi completa. Los varones, jovencitos, maduros o ancianos, exhibían un corto taparrabos o simplemente llevaban en la mano un pequeño haz de leña para cubrir sus vergüenzas. Las mujeres vestían (?) un reducido bañador consistente en un trapo que apenas las cubría. En general el desnudo femenino era más frecuente que el masculino. En realidad el baño compartido por varones y mujeres y su desnudez completa, sin restricciones especiales, tuvo su apogeo en época anterior, durante los siglos XII a XIV. La costumbre se prolongó durante el Renacimiento, pero pronto empezaron a promulgarse restricciones y limitaciones, estableciéndose la separación de sexos a lo largo del XV y el XVI. Pero, según parece, las violaciones de estas normas fueron muy frecuentes [9].

Pensando en las experiencias sexuales de los adolescentes, no se olvide que, como ya hemos dicho, en esta época hombres y mujeres solían dormir desnudos en la cama. Asimismo, en las familias pudientes se practicaba el baño privado, instituido bastante tiempo antes que el público. En estos baños hogareños hombres y mujeres solían estar completamente desnudos. Poco a poco los baños públicos fueron siendo frecuentados por la clase social media baja y el pueblo raso.

La *danza,* como en todas las épocas, era una ocasión para que adolescentes (y mayores) disfrutaran de relaciones interpersonales más o menos eróticas, estrechamente asociadas al aprendizaje y desarrollo de actitudes y prácticas sexuales. Durante la Baja Edad Media y el Renacimiento esta función erótica de la danza se manifestaba sin ningún tapujo [9]. No era infrecuente que las muchachas acabaran desabrochando sus corpiños y con frecuencia descubriendo sus senos. La danza permitía todo tipo de ternuras, contactos íntimos y besos más o menos atrevidos. Por supuesto, los bailes carnavalescos incrementaban contundentemente oportunidades y comportamientos.

3.4. SIGLOS XVII y XVIII

En el siglo XVII gran parte de los europeos, muy influidos por los holandeses, vestían ropajes lisos, austeros, siguiendo los usos impuestos por la católica España. Pero la corte francesa de Luis XIV se convirtió en un foco de irradiación de unas formas de vestir, de

adornarse, incluso de vivir, que han llevado a situarla en el origen de la actual concepción de la *moda.* Desde ese momento hasta bien entrado el siglo XX Francia ha estado funcionando como la principal y más influyente diseñadora de la moda del vestir de las élites occidentales. El caso es que cuando Luis XIV alcanzó la mayoría de edad promovió un tiempo de extravagancia y esplendor sin precedentes, convirtiéndose París en la capital de la moda mundial [13]. Fue la época en que mujeres como madame Pompadour, o madame du Barry, o la propia María Antonieta, se constituyeron en modelos de las cortes europeas y, por tanto, de la aristocracia en general. A mediados del siglo XVII hicieron su aparición los primeros grabados «de moda» para no desaparecer nunca más, aunque hayan ido modificándose y multiplicándose sus contenidos, formatos y estructuras.

En el siglo XVII, suprimidas las almohadillas, la falda cae perpendicularmente y la figura se hace más esbelta. Pero el cuerpo seguía estando oculto. Bajo la falda, las damas europeas solían llevar tres enaguas. Los franceses las denominaban «misteriosa», «modesta» y «traviesa» de acuerdo con su proximidad al cuerpo. Las españolas, siempre más recatadas, eran las plusmarquistas de la enagua: en verano llevaban siete u ocho, en invierno hasta doce o más... Además, las faldas eran larguísimas, barrían literalmente el suelo. Enseñar los pies era poco menos que pecaminoso... [14]. Hay que tener en cuenta que en este siglo Europa vivía la prolongación de las reformas calvinista y luterana, unas reformas que en el terreno de las costumbres fueron notablemente puritanas. Este puritanismo se trasladó a América en manos de los peregrinos del *Mayflower.* Estos hombres y mujeres eran más extremados en sus convicciones que los Europeos. Incapaces de cualquier frivolidad, para ellos (y para ellas) el cuerpo era poco más que una causa de culpa y de vergüenza. En Europa la mojigatería radical era una característica de la clase media, pues la aristocracia y las clases bajas se desenvolvían con mucha más liberalidad moral. En la nueva América la ejercía todo el mundo.

Fue en la Europa de esta época donde y cuando hizo su aparición una nueva clase media que aceleró la difusión de la moda del vestir. En una sociedad cada vez más urbana, los burgueses contaban con recursos económicos y adoptaban los estilos de vida de la clase alta, intentando distinguirse del pueblo llano, pobre. En el siglo XVIII, y en lo que concierne a la corte, la ciudad se constituyó en una alternativa. La vida ciudadana sustituyó progresiva y mayoritariamente a la vida cortesana. La aristocracia vio mermar su poder y sus privilegios a manos de una burguesía urbana nacida a lomos de la incipiente industrialización y del incremento del comercio. En esta época vieron por primera vez la luz pública publicaciones, *magazines,* dedicadas a la moda. En las ciudades europeas del XVIII, en sus calles, en sus nuevos jardines, los hombres y mujeres paseaban, se miraban, se saludaban, se sentaban en los cafés, charlaban, observaban a quienes veían pasar, les criticaban, les imitaban... Las redes sociales no familiares se estrechaban y complicaban, multiplicándose las ocasiones de influir y ser influidos. Esta convivencia facilitó la progresiva, aunque lenta, difusión de la moda del vestir entre las

clases populares. Las modas, en última instancia un valor estético, se difundían, como la mayor parte de los valores, desde las clases altas, sus «creadoras», hasta las más bajas. (En el siglo XX no siempre ha ocurrido así: a veces el proceso ha seguido caminos inversos.) Sin embargo, en el siglo XVIII los moralistas de la época veían con malos ojos que las clases bajas adoptaran vestidos y maneras de la aristocracia y la alta burguesía, puesto que obrando así rompían el orden natural del universo donde la clase social estaba establecida y ordenada por Dios... [10].

El siglo XVIII es el siglo del *Ancien Régime,* de las monarquías absolutas. El *rococó,* estilo estético dominante, fue reflejo bastante fiel del absolutismo principesco: grandiosidad, pose y teatralidad. Las cortes creaban la moda, los pequeños príncipes imitaban a los deslumbrantes representantes del poder absoluto, y los burgueses de toda Europa copiaban las conductas, usos y costumbres que constituían la vida cortesana. La burguesía, en pleno desarrollo, disponía de dinero, condición indispensable para seguir tales directrices. La ostentación se convirtió en norma. Las vestimentas se hacían y llevaban para ser vistas. La intimidad no era un valor excesivamente apreciado. Las damas de esta sociedad podían y solían llevar a cabo su aseo íntimo en presencia de amigos y visitas [9]. La *galantería,* «ser galante», se convirtió en la manifestación socialmente aceptada y buscada de la sexualidad, en las cortes y en otros ámbitos aledaños. La voluptuosidad impregnaba las relaciones entre muchos de estos hombres y mujeres.

El concepto de belleza era distinto del vigente en el Renacimiento. En el Renacimiento el cuerpo bello era robusto y saludable, prototipo de una humanidad activa y emprendedora. Por el contrario, en el absolutismo el cuerpo bello debía parecer inapropiado para el trabajo [9]. Esta nueva normativa afectaba sobre todo al sexo femenino. Convenía que sus manos fueran pequeñas y delicadas, careciendo de fuerza para asir, pero siendo propicias para acariciar. Pequeños habían de ser sus pies, prestos para el baile. Sus pechos, más bien pequeños, ya no podían ser los manantiales nutricios que se admiran en los cuadros de Rembrandt o Rubens [9]. Piernas, caderas y trasero se refinaron. La tez debía ser pálida, y para que destacara se usaban lunares. Nobleza y alta burguesía consideraban vergonzoso que sus mujeres amamantaran a sus hijos. Éstos eran entregados a las amas de cría, mientras las madres ingerían preparados que supuestamente retiraban la leche de modo inmediato. Los cuerpos que nos muestran las artes decorativas de la época tienden a ser aniñados. Jovencitos de ambos sexos suelen aparecer como arquetipos de belleza.

Durante el siglo XVIII el vestuario permitió manifestar con mayor naturalidad la silueta corporal, al tiempo que el confort y los gustos individuales empezaban a tener algún papel. Hicieron su aparición los escotes, incluso escotes muy bajos. La mayor exposición de los senos femeninos con frecuencia estaba relacionada con el deseo de exhibir las joyas que pendían de los cuellos. Cuello y pecho algunas veces acababan por mostrarse completamente al desnudo. Esta exhibición carnal levantó ampollas en los sectores más

conservadores. En la corte vienesa un predicador proclamó su deseo de que el águila de san Juan se cagara literalmente en los pechos desnudos de las damas. El predicador que le sustituyó clamó porque fuera el toro de san Lucas quien ensuciara aquellos impúdicos escotes... [14].

En la corte de María Antonieta se utilizó el *corsé a la inglesa,* en forma de reloj de arena, moldeando, por tanto, estrechamente el cuerpo. Las faldas eran voluminosas y largas. En las cortes se usaban los *miriñaques de codos,* así llamados por tener una envergadura que permitía apoyar los codos en ellos. En general la ropa que se llevaba en casa se adaptaba al cuerpo y a las necesidades de cada mujer. Al salir a la calle las cosas cambiaban puesto que lo importante era el mensaje social que se transmitía. Aunque el miriñaque tuvo su origen en los intentos de ocultar ciertos embarazos cortesanos, su uso común, extendido a lo largo de cuarenta años, pretendía dar una visión modificada de la figura femenina. Constaba de cinco a ocho hileras de cercos que iban estrechándose más a medida que se aproximaban a la parte superior del cuerpo. Al principio eran redondos; después en forma de tonel y elipse. Una mujer con miriñaque ocupaba tres veces más espacio que otra sin él. El miriñaque se extendió por diferentes clases sociales. En Francia, por ejemplo, lo llevaban tanto las damas de la corte como las criadas parisinas que hacían la compra o las alumnas de colegios religiosos [14]. Las mujeres del pueblo vestían *corpiño,* continuador de la saya con lazos medieval. Lo llevaban encima de la blusa y poco ceñido para así realzar la cintura y el pecho.

Los intentos de hacer cada vez más atractivo el cuerpo femenino también dieron lugar al añadido de tacones a los zapatos. La silueta y el porte no son iguales con tacones que sin ellos. Con ellos la posición del cuerpo se modifica retrayéndose el abdomen y sobresaliendo el busto. Al caminar no debían doblarse las rodillas haciéndose la marcha más juvenil y atrevida, los pechos tendían a oscilar y las piernas se insinuaban algo más. En cualquier caso los tacones permitían (y permiten) alargar y realzar la figura. Mas no todos los tacones eran iguales. Eran planos y redondos en los zapatos de las pequeño-burguesas hasta alcanzar una delgadez extrema y una altura vertiginosa en el llamado *tacón de aguja,* utilizado por muchas mujeres de moral dudosa, tacón que imposibilitaba caminar con normalidad forzando el hacerlo con pasos cortos y titubeantes.

Los adornos cumplían su eterna y universal función al margen de posibles simbolismos: embellecer a la persona que los ostentaba. Sin embargo, esta función a menudo era secundaria puesto que la primera intención solía consistir en señalizar determinadas partes del cuerpo, atrayendo atención hacia ellas y sus encantos. «La pulsera holgada debía resaltar la delgadez de la muñeca; el brazalete ceñido, la abundancia del brazo; la hebilla amplia, el pie pequeño; el cinturón, la elegancia del talle; el pendiente, la pequeñez de la oreja; el anillo, la pequeñez del dedo; el broche y el collar, la finura del cuello; el colgante, el sugestivo bamboleo del pecho» [9]. La *mouche* o «lunar de la belleza», aunque también servía para ocultar alguna imperfección de la piel, ejercía funciones similares. Su color oscuro subrayaba la blancura de la piel. Su situación

en la mejilla, el cuello, la nuca o en la parte alta del pecho señalaba, insinuaba y prometía. Incluso jovencitas y adolescentes tímidas decoraban su apariencia con alguna *mouche.*

En lo que concierne a los varones, desde el siglo XII hasta el XVII, las modas masculinas del vestir podían ser consideradas como bastante eróticas, aunque las condenas morales y religiosas recaían de lleno sobre la más mínima exposición corporal de una mujer [10]. En el siglo XVII las calzas evolucionaron hasta convertirse en *pantalones,* alcanzando hasta la mitad de las pantorrillas e introduciéndose en botas altas. En el XVIII desapareció la bragueta, y el talle de los pantalones ascendió hasta el estómago, lo que obligó a utilizar tirantes para sostenerlos. Durante el *Ancien Régime* la conducta social y la indumentaria masculina (aristócrata y afín) se hizo delicada, con toques de coquetería.

Sea entre el pueblo llano, sea entre la aristocracia o la burguesía, los vestidos se elegían para seguir la norma imperante en el estrato social correspondiente. La individualidad, o no se manifestaba, o quedaba muy soterrada. Pero con el *Romanticismo,* finales del XVIII, las cosas cambiaron significativamente. Poco a poco fue imponiéndose la idea de que atavío y apariencia debían relacionarse con la identidad personal [10]. Asumiendo y exhibiendo las señales que identificaban su clase social, los individuos pretendían dar a su aspecto manifiesto un toque personal, diferenciador. Así se iniciaba un proceso social por el que los ciudadanos estaban (y están) cada vez más pendientes e interesados por la impresión que sobre los demás causaba su apariencia, al margen de la ejercida por su conducta.

Al acercarse la Revolución francesa se produjo un acontecimiento de suma importancia: en Francia muchas mujeres utilizaban lo que se ha dado en llamar «vestidos a la polonesa». La novedad era que el vestido se acortaba quedando situado por vez primera por encima del tobillo. Su éxito fue extraordinario. El ansia de libertad acabó con la esclavitud del ya tradicional corsé. Bajo el vestido, si acaso, se llevaba un pequeño relleno, pero no sobre el trasero, sino sobre las caderas. El corsé, pues, ya no sostenía el pecho. En tal misión lo sustituyó el *pecho engañoso,* consistente en un pañuelo que cruzaba el vestido a la altura del pecho, provisto, cuando convenía, de un contrafuerte [1]. En la última década del siglo XVIII era evidente que las mujeres que gustaban eran las entradas en carnes. Se valoraba el pecho elevado, perceptible en un escote profundo. Esta valoración facilitó que un nuevo corsé, el *corsé a la Ninon,* bastante más liviano que su predecesor, se fuese extendiendo por Europa. Su misión era elevar el talle y separar los pechos.

En líneas generales la Revolución condujo a formas de vestir más libres y ligeras. Entre las mujeres se desarrolló la tendencia a aumentar la superficie de piel desnuda expuesta a la observación pública. La preocupación por la vestimenta constituyó un sentimiento muy generalizado durante el período revolucionario. Esta preocupación adoptó connotaciones sociopolíticas; es decir, la elección del vestido se basaba en

planteamientos ideológicos. Así, la sencillez en el vestir, incluso una cierta pobreza, llegó a ser considerada como señal de patriotismo. En 1790 las revistas de moda describieron un traje «estilo Constitución». La coacción social para llevar el «uniforme» revolucionario fue tal que la Convención tuvo que reafirmar en 1793 la «libertad de vestimenta». Las autoridades temían que las disputas sobre el vestido formaran parte de un proceso de masculinización de las mujeres [15].

Siguiendo los vendavales revolucionarios, en Francia fueron bastantes las mujeres que pretendieron vestirse con pantalones, como los varones, puesto que la vestimenta masculina permitía mayor libertad de movimientos y su adopción se interpretaba como un paso más hacia la igualdad y la libertad. Pero la autoridad no lo vio con buenos ojos, y durante el Consulado una orden policial prohibió drásticamente el uso de pantalón o calzones a «toda mujer que desee vestirse como un hombre sin una autorización especial de la Prefectura». Ya antes la Iglesia había dicho: «Si una mujer cambia de atuendo y usa el del hombre será excomulgada» [1]. La mujer hubo de esperar la llegada del siglo XX, bien entrado éste, para poder vestirse con pantalones. Por supuesto, en los países europeos que se mantenían bajo el *Ancien Régime* vestimentas y apariencias se mantenían en la senda tradicional.

Después de muchos siglos de alejamiento absoluto del agua, el baño comenzó a no ser visto como algo deshonesto, impuro. A finales del siglo XVIII, en Inglaterra, se inició una costumbre que, con el paso del tiempo, ha llegado a tener una relevancia trascendental en la temática que centra esta obra. Médicos higienistas defendieron las propiedades terapéuticas del agua salada. Se iniciaron así los *baños de mar,* una actividad que exigía atuendos especiales muy distintos de los habituales hasta ese momento. La aristocracia empezó a frecuentar algunos pueblos ribereños situados junto a una playa. Para bañarse se utilizaban unos carros que situaban los/las bañistas muy cerca del mar, sobre las primeras olas. En ellos podían desnudarse sin ser vistos y sumergirse ocultamente en las aguas. En 1791 los médicos aconsejaron al rey inglés Jorge III que tomara baños de mar para tratar sus dolencias. Eso hizo en una pequeña población, Weymouth. Allí fue trasladado en su carro de baño particular, por supuesto mucho mayor que los otros. Hizo su salida completamente desnudo, atendido por tres criadas portadoras de sombreritos que lucían cintas bordadas con la frase «God save the king». Mientras se bañaba, una banda de música interpretaba el himno nacional cada vez que el monarca se sumergía [16]. A finales del siglo XVIII el barón de Maldá describió que las clases populares barcelonesas, durante la noche de San Juan, tenían la lúdica costumbre de bañarse en la playa [17]. Estos y otros hechos semejantes fueron la simiente de un fenómeno social, sociológico, que en nuestros días ha alcanzado su plenitud, estando definitivamente asociado a la exposición pública del cuerpo. Pero no es este el momento de extenderse en este punto.

En los medios rurales, todavía mayoritarios, las mujeres debían perseguir unos cuerpos en parte distintos a los descritos, muy condicionados por la exigencia de sus

condiciones de vida. Estas circunstancias eran muy evidentes en Estados Unidos, donde las mujeres «coloniales», especialmente en la expansión hacia las tierras del Oeste, debían ser recias, duras, grandes, musculosas, fuertes y muy fértiles. Necesitaban trabajar duramente en un medio en principio inhóspito, y precisaban tener el mayor número de hijos posible a fin de conseguir la fuerza laboral imprescindible para sacar adelante familias y haciendas. Ni sus cuerpos ni sus vestidos tenían nada que ver con los de sus congéneres burguesas europeas o de la costa oriental americana. Así, por ejemplo, en el estado de Virginia, situado junto al Atlántico, la educación de las muchachas estaba dirigida casi por completo al matrimonio, que centraba sus máximas aspiraciones. Las niñas podían ir a la escuela durante dos o tres años; los niños más. Su formación doméstica, la importante, corría a cargo de madres y abuelas: tejían, hacían calceta, fregaban suelos... Preparando sus cuerpos y costumbres para un futuro, incluso imitaban embarazos colocando manojos de harapos bajo sus vestidos [18].

Al margen de apariencias, siluetas y vestuarios, a finales del XVIII, en pleno *Siglo de las Luces,* el cuerpo femenino mereció una atención especial de la ciencia médica y, basándose en sus hallazgos y conclusiones, también de muchos pensadores y eruditos. Desde Galeno (siglo II a. C.) se suponía que los órganos reproductivos y los genitales de hombres y mujeres eran prácticamente iguales. La diferencia radicaba en que en los varones eran exteriores y en las mujeres se situaban dentro del abdomen. Esta concepción se mantuvo vigente durante todo el siglo XVII y se prolongó durante los inicios del XVIII.

También se creía que la ovulación sólo tenía lugar durante un orgasmo, y, por tanto, durante la cópula. Hasta mediado el siglo XIX no se descubrió que la mujer podía ovular sin coito y sin orgasmo. Pero hasta que este hecho no quedó establecido se creía que la mujer precisaba de placer para la reproducción. Todo ello se conseguía con «calor». Galeno ya había señalado que los humanos son los animales más perfectos, y que los varones son más perfectos que las mujeres a causa de su «exceso de calor». Precisamente las mujeres, a diferencia de los hombres, tienen interiorizados sus órganos sexuales porque, según se creía, su relativamente escaso calor impide su exteriorización. Las diferencias en la topografía anatómica y esa falta de «calor» de la mujer en relación con el varón, junto con las servidumbres de la reproducción, determinaron que importantes líderes de la Revolución francesa se opusieran a la participación de las mujeres en la vida pública. La naturaleza física de la mujer, radicalmente diferenciada de la del hombre y representada poderosamente en los órganos reproductivos, las incapacitaba para la vida pública y las hacía más adecuadas para la esfera privada... [19].

Es muy interesante conocer el papel que el esqueleto femenino tuvo en esta época en la consideración otorgada a la mujer. El lector interesado encontrará amplia información en la revisión realizada por Londa Schiebinger [20]. Andrés Vesalio, el llamado padre de la anatomía moderna, no halló más diferencias corporales entre hombres y mujeres que su silueta y sus órganos de reproducción. Manifestaba esto en el siglo XVI. En el siglo

XVIII la preocupación por la naturaleza y estructura del cuerpo femenino se exacerbó extraordinariamente. La necesidad de extender el mercado, entre otros factores, condujo a una creciente preocupación por la reproducción y la maternidad. En esta época las mujeres eran identificadas por su sexualidad y su cuerpo, mientras la identidad de los varones dependía de su mente y su energía. El útero definía a la mujer y determinaba su comportamiento emocional y moral [15].

Así pues, el útero pasó a ocupar un primer plano; era el órgano perfecto. ¿Mas lo era la mujer?

Entre 1730 y 1790 aparecieron en Inglaterra, Francia y Alemania los primeros dibujos en los que se reproducían esqueletos femeninos. Los anatomistas de la época y bastantes de los comentaristas de sus dibujos subrayaron las diferencias con los esqueletos masculinos: sus huesos eran más cortos, su pelvis más ancha, su cráneo más reducido... Algunos anatomistas creían y propusieron que estas diferencias físicas entre varones y mujeres eran tan importantes que bien pudieran deberse a que las mujeres habían detenido su desarrollo en un estadio inferior de la evolución. Las mujeres, ni como especie, ni como individuos, habían conseguido alcanzar la madurez humana completa que personificaba el hombre (blanco). Por su desarrollo físico y social, estos anatomistas clasificaban a las mujeres entre los niños y los pueblos «primitivos» [20]. En definitiva, la creciente información científica sobre características del cuerpo femenino dio pie a la difusión de planteamientos y actitudes claramente segregacionistas para la mujer. Se suponía que las mujeres debían estar confinadas a los espacios privados debido a sus supuestos defectos biológicos. Es un ejemplo muy destacado y duradero en el tiempo de cómo la ideología, la cultura, influye en la concepción del cuerpo, del sexo y del género.

Una popular e influyente novelista inglesa de la época, integrada en el reformista movimiento evangélico, encarnaba perfectamente la ideología de esta época. En su opinión la estructura biológica de varones y mujeres expresaba sus diferentes destinos como personas. En consecuencia, que una mujer buscara el éxito en la misma esfera que el hombre suponía una negación de las tareas y deberes particulares que Dios le había atribuido. Escribió:

> «Al pez le fueron concedidas las aletas. Y el pájaro recibió las alas para volar, pero resulta todavía más evidente que al hombre se le concedió un cuerpo más fuerte y una mente más firme para que pudiera dominar en las profundas y osadas esferas de la acción y el consejo; en el complicado arte del gobierno, en el manejo de las armas, en los laberintos y profundidades de las ciencias, en el ajetreo del comercio, y en todas aquellas profesiones que exigen una mayor capacidad y una gama de poderes más amplia» (citado en Hall, 1987; p. 61) [21].

En este caldo de cultivo crecían y se desarrollaban las (y los) adolescentes de esta época histórica. En el siglo XVIII los juguetes de los niños, por ejemplo, aros, caballitos, juguetes ópticos, eran más bien neutros, aptos para ambos sexos. Pero las niñas ya contaban con muñecas en tres dimensiones y en papel que manifestaban el contorno del cuerpo femenino y los vestidos de la época. Algo parecido sucedía con las vestimentas de niños y niñas. Las de aquéllos guardaban poca relación con el sexo o eran claramente

andróginas. Las niñas vestían el mismo tipo de ropas que las mujeres, apareciendo muy «sexuadas», no en lo que concierne a la forma del cuerpo, sino por la falta de movilidad debida al uso de prendas constrictivas, tanto interiores como exteriores, especialmente fuera de casa.

En estos siglos sigue sin diferenciarse una vestimenta especial para adolescentes e incluso para niños. Unos y otros no hacían más que seguir los usos de los adultos. En una detalladísima descripción del ambiente parisino mediado el siglo XVII se retrata literariamente el modo de vestir a esas edades en un ambiente burgués:

> «Por el suelo se amontonaban los infantes, modelos reducidos de marquesas de cara de espejuelo y talle mortificado por el caparazón de los corsés, o de duques en frac y calzón beis. Sus pelucas y sus zapatos de charol saltaban en la sombra y lucían de forma inesperada para acabar desapareciendo por fin detrás de un seto» (Jean-Baptiste del Amo, *Una educación libertina,* p. 385).

3.5. PREPARANDO EL TIEMPO ACTUAL: EL SIGLO XIX

El siglo XIX contempló la eclosión de lo que suele juzgarse como vida moderna. Las personas vivían experimentando una manifiesta tendencia a la uniformidad, a la similitud, tendencia contrarrestada por la búsqueda de identidad, de diferenciación. Cuerpo y vestido, vestido y cuerpo ocupaban el centro de esta interacción. Para no perder el tren, para ser como todos, había que seguir la moda; para ser diferente, para ser uno mismo, había que abandonarla rápidamente en cuanto se percibían atisbos de la siguiente. (Es decir, como en el siglo XXI)

Los últimos escarceos del XVIII y los albores del XIX albergaron un cambio revolucionario en la transmisión de noticias e informaciones. Los volantes u hojas volantes, el agente informativo común hasta esas fechas, se transformaron en publicaciones periódicas, y muchas de ellas incorporaron imágenes. Las tiradas aumentaron, informaciones y grabados se empezaron a difundir entre gentes de muy diversa condición. Pintores y dibujantes plasmaban a diario la realidad, complementados y sustituidos por los fotógrafos a partir de la década de los sesenta en pleno siglo XIX. En muy poco tiempo la sociedad, especialmente la urbana, vivió la proliferación de publicaciones, carteles, postales, fotografías, reproducciones artísticas... Se había iniciado la transmisión masiva, entre otras muchas cosas, de imágenes y textos que difundían estilos y modas del vestir, formas de manifestarse los cuerpos, variantes de moralidad sexual y diferentes actitudes y valores afines.

En 1793 la Constitución francesa había promulgado la «Declaración de derechos del hombre y del ciudadano». Bajo su influencia, por lo menos durante un tiempo, muchas cosas cambiaron. Un viento de mayor libertad y no sólo política recorrió Europa. Muchas costumbres resultaron modificadas, incluyendo, como ya vimos, las formas de

vestirse y presentar el cuerpo. La nueva moda burguesa era coherente con el ideal de liberación que sacudió la Francia revolucionaria. Las mujeres renunciaron al corsé, a las enaguas, al guardainfantes, objetos todos ellos asociados a coacción y opresión; las sandalias sustituyeron a los incómodos zapatos de la época. Algunas ropas permitían transparencias. Aunque esta liberalización de las costumbres duró muy poco, durante algún tiempo senos, muslos y pantorrillas en ciertas circunstancias podían ser expuestos a la luz pública. La misma concepción del matrimonio resultó modificada; empezó a aceptarse que sólo debía concertarse por amor. Los móviles políticos, económicos o simplemente sexuales ya no se consideraban aceptables despojados de amor.

En esta misma época, y sin revolución de por medio, en Inglaterra, concretamente en Londres, se desarrolló brevemente un movimiento denominado «moda de desnudez» *(fashion of nakedness)* [9]. Era de buen tono que las mujeres mostraran algunos de los encantos, hasta entonces ocultos, de sus cuerpos. En consecuencia se potenció la preocupación por la forma y volumen del pecho, de modo que las mujeres de busto escaso se dotaban de pechos artificiales, modelados en cera, para poder cumplir con los requisitos de la moda. Más adelante estos falsos pechos se elaboraron con cuero de color carne con venillas sobrepintadas. Mediante un muelle podían conseguirse movimientos rítmicos ascendentes y descendentes [9].

Las modas del vestir empezaron a sucederse con evidente rapidez. Por supuesto se trataba de un hecho afincado en las clases altas, es decir, practicado por aquellas personas, una minoría, que, dado su potencial económico, podían permitirse el lujo de desechar ropa apenas usada. En el siglo XVIII ya había empezado a producirse un notable descenso de la influencia cortesana, de la aristocracia, cuyo relevo fue siendo rápidamente tomado por la floreciente y creciente burguesía urbana, rectora de la progresiva industrialización. Es interesante entender que las mujeres burguesas llevaban tan gran cantidad de ropajes y de tal complejidad que les resultaba muy difícil, cuando no imposible, trabajar. Las ropas más funcionales y más anticuadas (fuera de moda) eran portadas por las mujeres del pueblo llano. Este hecho no significa que éstas no intentaran imitar a aquéllas. Poco a poco estos conatos imitadores, junto con el incremento de la movilidad social, facilitaron la difusión de las modas. Pero las clases altas siempre intentaban (e intentan) mediante su forma de vestir marcar públicamente las distancias respecto de las clases sociales que consideraban (y consideran) inferiores, en realidad, de la clase media que en el siglo XIX vivía un rapidísimo proceso de desarrollo y relativa competencia. Con la clase baja no había peligro de confusión y todavía menos de rivalidad. Gradualmente las consecuencias de la Revolución industrial y de la Revolución francesa iban a modificar muchas de estas actitudes y conductas.

En este siglo XIX, y en el campo de la indumentaria, se vivieron novedades tan significativas como el desarrollo de la industria del vestido propiamente dicha, la invención de la máquina de coser (Singer) o el establecimiento de comercios dedicados a la moda y al vestir. Las formas de revestir y ocultar/mostrar el cuerpo iniciaron un

apogeo variopinto. La industrialización supuso el desarrollo de nuevas tecnologías tanto para la fabricación de tejidos como para la confección de prendas. Se inició la producción en serie, especialmente de vestimenta para hombres, incentivada por la demanda de ropas baratas. El rápido crecimiento de las ciudades promovió el desarrollo de las modas del vestir al proporcionar un escenario sumamente poblado en el que exhibir, transmitir y copiar las distintas modalidades de la indumentaria. La competición por vestir *a la moda,* procurando seguirla para no ser diferentes, pero intentando ser diferentes para no ser vulgares, tuvo en el ambiente urbano su caldo de cultivo más idóneo. La moda ayudaba a crear una identidad individual al tiempo que ponía de relieve la uniformidad.

Una destacada y competente feminista, Naomi Wolf, ha descrito muy bien cómo en los siglos XVIII y XIX el mito de la belleza...

> «... fue ganando terreno a medida que se destruía la unidad de trabajo en la familia, y la urbanización y aparición de las fábricas exigían una esfera separada de domesticidad. Se expandió la clase media, se elevó el nivel de vida y de instrucción, disminuyó el trabajo de la familia y apareció una nueva clase de mujeres educadas y ociosas de cuyo sometimiento dependía el sistema del capitalismo industrial en pleno desarrollo» (reproducido en Esteban, 2004) [22].

La femenina *moda imperio,* talle corto y muy alto y falda estrecha y larga hasta el tobillo, se mantuvo hasta los alrededores de 1820. En ese momento, el talle se ajustó por vez primera a la parte más estrecha del tronco, la cintura. Así se retornaba a la manifestación del cuerpo femenino vigente durante *l'Ancien Régime,* realzándose pechos y caderas, mientras en la Revolución eran sólo las formas del pecho las que debían resaltarse. Estas diferencias se consiguieron mediante cambios en el entallamiento del cuerpo, bajo los senos en la Revolución, en la cintura durante el Imperio. El deseo de hacerse con una silueta tal promovió, una vez más, la reaparición del corsé mediante el que se pretendía conseguir un vientre plano y uniforme. El corsé, que dividía el cuerpo en dos mitades, permitía no sólo simular cualquier forma del busto, sino también exponer caderas y posaderas. Pero su utilización también tenía otra lectura. Significaba una cierta disciplina corporal de uso obligatorio, calificándose de inmorales, ligeras, las mujeres que no lo llevaban. Las portadoras de corsé podían sujetarlo y apretarlo a voluntad, alcanzando cinturas de hasta 33 centímetros [10]. El caso es que caderas, nalgas, abdomen y muslos, las áreas corporales más preocupantes para la mujer actual por su volumen supuestamente excesivo, no sólo se mantenían ocultas sino que se exageraban:

> «... la ropa interior de una mujer elegante... se componía de las prendas siguientes: largos pantalones con vuelos de encajes, enaguas de franela, un refajo de tres canas y media (4,20 metros) de ancho, una falda acolchada hasta la altura de la rodilla y desde ésta cruzada de ballenas distantes un palmo una de la otra, unas enaguas de hilo muy almidonadas con tres volantes muy almidonados también, dos refajos de muselina y por último la falda» (Von Boehn, 1944, vol. VII, p. 53) [14].

Este engorroso surtido de prendas facilitó la resurrección del miriñaque, que en ese momento se conocía como *crinolina,* resaltando la cintura de avispa ya muy determinada por el corsé. Cuando la emperatriz Eugenia y la reina Victoria abandonaron públicamente el miriñaque, la renuncia a la crinolina se extendió rápidamente por Europa.

El cuerpo femenino empezó a insinuarse realistamente bajo la cintura. Al desaparecer el miriñaque la falda se estrechó exageradamente hasta los pies. Se decía que las mujeres elegantes debían atarse las rodillas para andar porque si no reventaban la ropa [14].

Esta relativa normalidad corpórea duró poco, concretamente hasta la introducción del *polisón,* que ahuecaba la falda por detrás, dando paso a lo que se dio en llamar *cul de Paris.* Consistía en colocar estratégicamente un pequeño cojín bajo el vestido para acentuar el volumen del trasero femenino. Así se subrayaba el supuesto atractivo de una parte peculiar de la anatomía femenina. A través de todos estos cambios el imprescindible corsé se constituyó en símbolo de posición social puesto que, al impedir realizar determinados esfuerzos, manifestaba la pertenencia de su portadora a la clase ociosa.

En Estados Unidos, hacia 1880, las muchachas se preocupaban por no parecer demasiado delgadas. Sus nalgas también recibían la ayuda del polisón y, en general, las mujeres utilizaban almohadillas para subrayar las partes de su anatomía que consideraban oportuno resaltar. Solían comer con frecuencia y se pesaban también a menudo para comprobar que se mantenían con un peso razonable, es decir, *no bajo.* Los médicos las alentaban a gozar de formas redondeadas como signo de salud. Se valoraba positivamente una pelvis ancha puesto que la mujer debía engendrar hijos; y, por tener que alimentarlos, sus pechos habían de ser llenos y consistentes. La estética corporal femenina era sin duda muy funcional. La estatua de la Libertad, mujer de amplia osamenta y sensuales formas redondeadas, puede considerarse como un prototipo del cuerpo modélico de la época [7].

Fuchs ha descrito contundentemente el cuerpo ideal vigente en los alrededores del Segundo Imperio [9], es decir, a partir de 1850:

> «El nuevo ideal de belleza es la mujer de formas vigorosas, las formas de la *feminidad colosal,* según las describe Heine, la mujer con un tronco poderoso, de pechos llenos, más bien muy grandes que muy pequeños, que hacen estallar el corsé, con una nuca espléndida y majestuosa, de caderas y lomos desbordantes y unos opulentos muslos» (*Historia ilustrada de la moral sexual,* vol. 3, p. 127).

Todos estos cambios e innovaciones implicaban distintas formas de modificar la apariencia corporal. Crinolinas, polisones, corsés, almohadillados, etc., eran recursos destinados a elevar o bajar la cintura, aplanar el vientre o subrayar las caderas, elevar o bajar las nalgas, rellenar o aplastar el pecho... [10]. Cada estación parecía traer consigo una nueva moda. En unas cuantas décadas el modelo estético corporal femenino sufrió muy variadas transformaciones como trasluciendo una especie de desconcierto o indefinición de la imagen corporal que quería transmitirse. Un estudioso del tema ha apuntado que los cambios en la moda femenina se basan en el «principio de seducción», es decir, que su objetivo es resaltar algún atractivo sexual para los hombres [23]. Las distintas partes del cuerpo mostradas o subrayadas con las distintas modas implicarían la intención de mantener el deseo sexual de los varones mediante la novedad. Pero a través de todos estos cambios persistía la tendencia general a valorar positivamente las redondeces e incluso una relativa gordura del cuerpo femenino. Cuando Manet exhibió su

Olimpia en el Salón de París de 1865, la pintura en cuestión fue calificada de «obscena» porque, entre otras razones, el cuerpo representado no era suficientemente opulento para ser erótico [24].

En las primeras décadas del siglo los vestidos femeninos estaban cuajados de adornos. Alrededor de 1830 la ornamentación tendió a desaparecer, fijando la atención de las usuarias en el cuerpo y la cara. Así, las cofias se hicieron más lisas y sencillas, simplemente enmarcando y poniendo de relieve el rostro.

La indumentaria de los varones cambió significativamente. El hombre burgués ya no pasaba la mayor parte del tiempo en salones, teatros o paseos corteses. Cada vez veía más cómo sus horas transcurrían preferentemente en la fábrica o en el despacho. Sus ropas, pues, no debían constituir un impedimento, sino una ayuda en su trabajo. De ahí la simplificación de sus vestidos y la supresión de adornos y excesos inútiles funcionalmente. La rígida levita dio paso a la chaqueta, prenda mucho más cómoda y funcional, que podía llevarse abierta o cerrada.

Caso aparte fue el *dandismo,* moda nacida en Inglaterra*,* iniciada a finales del XVIII y difundida por Europa, sobre todo por Francia, durante el XIX. El estilo dandi resaltaba la figura masculina con los pantalones de montar bien ajustados y la chaqueta estrechamente entallada. Así vestían los nuevos republicanos, algunos artistas y bastantes aristócratas insatisfechos [10]. En Inglaterra el famoso y apuesto Brummell encarnó el prototipo del dandismo. La informalidad relativa del *bohemio* constituyó su contrapunto más popularizado.

Pero el traje *victoriano,* predominante durante gran parte del siglo XIX, poco tenía que ver con esos estilos, sin duda minoritarios. El varón victoriano vestía con manifiesta seriedad, denotando la fortaleza propia de su masculinidad, con prendas que realzaban su amplio pecho y sus hombros. En esta época, como en otras, las mujeres admiraban al hombre musculoso, de torso amplio, con muslos contundentes y pantorrillas firmes. Lo que constituía un claro contraste con las mujeres, las cuales buscaban a través de su vestimenta conseguir formas delicadas, con vestidos que acentuaran sus caderas, sugirieran unos hombros caídos y bosquejaran una silueta suavemente redondeada. Los hombres resultaban un tanto agresivos; las mujeres más bien sumisas [25]. Sin olvidar ese signo máximo de virilidad que era una barba cuanto más densa mejor. Las cosas sucedían como si la función principal de la ropa femenina fuera hacer a las mujeres más atractivas sexualmente, mientras la vestimenta de los varones pretendiera ensalzar su prestigio social [23]. Pero apenas había diferencias sustanciales en cuanto a la preocupación por la apariencia: unas y otros, por supuesto en las clases acomodadas, pasaban gran cantidad de tiempo vistiéndose y acicalándose.

Era ésta una época, la victoriana, en que los movimientos higienistas criticaban la vestimenta femenina por su aparente insalubridad. Los corsés presionaban excesivamente los órganos internos, especialmente los reproductores; las largas faldas recogían el barro, las basuras o el estiércol que los caballos desparramaban por las calles de las ciudades.

En esta época movimientos como el socialismo y el feminismo defendían el *uniforme* femenino como un medio de fomentar la igualdad y luchar contra la tiranía de la moda. Las feministas hicieron un llamamiento para que las mujeres utilizaran pantalón en lugar de sus pesadas faldas, pero con éxito muy relativo. Los primeros pantalones para mujeres fueron vestidos por americanas miembros del llamado Movimiento Utópico, entre 1820 y 1860 [10]. Una americana, Amelia Bloomer, lanzó el «vestido racional» aprovechando sus conferencias sobre los derechos de la mujer. La mismísima reina Victoria opinó que los pantalones de Mrs. Bloomer atentaban contra la santidad de los hogares británicos y podían provocar la emancipación de las mujeres y la degradación de los hombres [1]. *Bloomers* es el nombre que se dio a tales pantalones (en España «bombachos»). Incluían unas perneras muy anchas que se sujetaban en los tobillos. Obviamente iban cubiertos por vestidos con faldas que llegaban más abajo de las rodillas. Su uso se extinguió con bastante rapidez, pero, adaptados, se convirtieron en vestimenta de baño.

Sin embargo, a mediados del siglo XIX todavía persistía el tabú de las piernas de las mujeres. En esta época se hacía como si los muslos no existieran, siendo «muslo» una palabra que la buena sociedad evitaba pronunciar en todo momento. En consecuencia, todo lo que fuera llamar la atención sobre las piernas, y eso era lo que hacían los pantalones, era considerado indecente. Sorprende la mojigatería con que se juzgaban las piernas femeninas mientras los vestidos de noche y de gala resultaban tanto más admirados cuanto más cuerpo desnudo asomara por el escote. Es obvio que ese tabú no afectaba a las mujeres dedicadas a trabajos rudos y sucios; entre ellas los pantalones eran bastante comunes. También usaban pantalones algunas artistas en los escenarios, pero se trataba de mujeres de cuya respetabilidad se dudaba. Sin embargo, a finales del siglo XIX un hecho revolucionario dio un empujón casi definitivo al uso femenino del pantalón: el inicio de la práctica deportiva femenina. En efecto, jugar a tenis, montar en bicicleta y nadar exigían de las practicantes la supresión de las engorrosas faldas al uso. Lo que no habían conseguido ni higienistas ni feministas lo consiguió la nueva moda social, elitista, por supuesto, del deporte femenino. Las jóvenes deportistas, mediante sus nuevas coqueterías, estrenaban unas prendas que revelaban a quien quisiera verlo que «en realidad no se llevaba nada debajo» [9]. La ruptura, minoritaria, con los usos y costumbres socialmente establecidos fue radical. El pantalón bombacho promocionado por Mrs. Bloomer tuvo en algunos sectores del ámbito deportivo un lógico campo de aplicación. Por su parte, los llamados deportes de invierno promovieron el uso de suéteres ajustados que permitían manifestar de otro modo la forma del busto y la cesura entre los pechos.

La moda de la Revolución había difundido un componente muy importante de la ropa interior femenina: las medias. En un principio habían sido blancas, pero en esta época se impuso el color carne para simular el aspecto real de la pierna. El uso de las medias conllevó lógicamente el de las ligas, que permitían mantener la media tensa adaptándose

a la pierna como una segunda piel. Las ligas se situaban por encima o por debajo de las rodillas. El uso de ligueros, que abrazaban piernas o muslos, demostraba con su elegante o llamativa ornamentación que su objetivo era que fueran visualizados por lo menos en ciertas circunstancias.

Los salones de baile constituían la gran ocasión de mostrar los más variados descotados. El escote crecía siempre en la misma proporción en que lo hacía la vida placentera, alcanzando su mayor atrevimiento en la década de 1850 [9]. Al parecer, en el París del Segundo Imperio el desnudamiento público de los pechos alcanzó su cota más alta. En una época en que las muchachas jóvenes sufrían todo tipo de restricciones, en esos selectos festejos se les permitía exponer públicamente parte de su cuerpo con toda normalidad. Conviene subrayar de nuevo que estas costumbres se limitaban a las clases más pudientes. De hecho, el vestido descotado de baile siempre ha sido considerado por estas clases como uno de sus privilegios especiales. Sólo en la segunda mitad del siglo XX tuvo lugar una cierta democratización de este tipo de vestimenta.

Durante el siglo XIX en la Europa occidental se potenció la costumbre de «tomar baños», iniciada, como ya se dijo, por la aristocracia en la centuria anterior. En un principio, los *baños de mar* constituyeron una prescripción médica para el tratamiento de determinadas enfermedades: escorbuto, ictericia, tuberculosis cutánea, etc. Esto sucedió en la segunda mitad del siglo XVIII, concretamente en Inglaterra. Biarritz, Cannes o Niza empezaron a hacerse valer como estaciones de talasoterapia. En España fue Isabel II quien introdujo estas prácticas cuando por prescripción médica decidió bañarse en aguas de la playa de San Sebastián, eligiendo esta ciudad como residencia veraniega de la Casa Real. Para sanar ciertas anomalías dermatológicas también tomó baños en las playas barcelonesas de Caldetes y de la Ciudad Condal. Posteriormente, la regente María Cristina y su hijo, Alfonso XIII, eligieron San Sebastián y Santander para hacer lo propio [16]. De este modo los baños de mar empezaron a popularizarse entre la aristocracia y la burguesía europeas. Lo que en un principio habían sido recomendaciones de médicos higienistas de la época pasaron a convertirse en prácticas de ocio. Así, finalizando el siglo XIX e iniciándose el XX tanto la costa atlántica como la mediterránea dejaron de recibir enfermos para acoger veraneantes.

Durante el XIX, la «toma de baños», que no el nadar, solía realizarse vistiendo un pantalón a la turca, ceñido en los tobillos, cubierto el cuerpo por una túnica de manga larga. Algunas bañistas llegaron a utilizar un corsé de caucho resistente al agua, todo con tal de no distorsionar la silueta ideal... Una especialista en talasoterapia, María Crisóstomo, lo explica así: «Tuvieron que pasar por incómodos vestidos con corpiño ajustado, cuello alto, mangas hasta el codo, faldas hasta las rodillas con pantalones bombachos por debajo, medias negras y zapatillas de lona, hasta llegar a vestidos de punto, de lona, e incluso túnicas con plomo que evitaban la erótica del vestido mojado» [16].

Las prohibiciones y ocultaciones victorianas relacionadas con el cuerpo fueron

incontables. En tal contexto, es lógico que las exploraciones médicas se hicieran sumamente dificultosas y las ginecológicas fueran prácticamente inexistentes. La vergüenza, el pudor, que era preciso experimentar ante deseos y actividades sexuales llegaba al extremo de que, a mediados de siglo, las mujeres minimizaban y ocultaban todas las partes del cuerpo a excepción del rostro. En sociedad incluso escondían las manos. Libros de medicina de la época señalaban que cualquier mujer que experimentara placer sexual era anormal. La frigidez femenina era considerada deseable, prescribiéndose sedantes a aquellas mujeres que no manifestaban esa «virtud». La censura se ejercía sobre libros, obras de arte, teatro y danza. El ideal de decencia, por supuesto pública, consistía en suprimir todo atisbo de sexualidad en el comportamiento público.

El puritanismo victoriano y religioso hizo estragos en muchos estados americanos. Ya en pleno siglo XX, hacia 1912, el estado de Illinois promulgó una ley del atuendo *(Bill of Apparel)* que resulta totalmente representativa de la mentalidad imperante acerca del vestido y el cuerpo (femeninos, por supuesto):

1. Se prohíbe a cualquier mujer llevar faldas o combinación cuya orla esté a más de 15 centímetros del suelo, con su portadora puesta de pie.
2. Quedan absolutamente prohibidos los talles conocidos con el nombre de *«Peek-a-boc»,* que destacan las líneas del cuerpo femenino con excesiva sensualidad.
3. El uso del corsé se permite únicamente en aquellos casos en que llevarlo esté reconocido como una medida sanitaria indispensable, para lo cual se ha de aportar el certificado autorizado de un médico.
4. Están, además, prohibidas las mangas demasiado cortas y el escote, aunque se mantenga en los límites de la modestia.
5. Será penalizada con una multa de 25 dólares toda mujer que en las fiestas de sociedad enseñe demasiado entre la cabeza y la cintura a los ojos del observador.
6. Han de contar con una pena tres veces superior aquellas mujeres que en las playas y lugares de baño se muestren en ropas escandalosas (Fucks, 1985, vol. 3, p. 107) [9].

En España Isabel II hizo actualizar numerosas disposiciones gubernativas que regulaban el orden y la decencia en las playas de Barcelona. Desde 1790 estaba vigente un bando gubernativo que prohibía los baños femeninos bajo pena de prisión. Otro bando promulgado en 1805 suavizó las cosas, pues admitía que las mujeres se mojaran pies y tobillos «sin que se les permita otra desnudez por el escándalo que ocasionarían» [17].

Bien avanzado el siglo XIX empezó a utilizarse el término *maillot* en su acepción de «bañador». Con anterioridad este nombre había sido atribuido a una especie de leotardos que cubrían, salvaguardando su pudor, el cuerpo de las bailarinas que vestían un simple tutú [1]. Sin embargo, los primeros maillots de baño fueron utilizados por los varones. A

finales de siglo, las féminas utilizaban para bañarse pantalones rectos, no bombachos, que, llegando hasta la pantorrilla, acabaron ascendiendo hasta situarse debajo de la rodilla.

Pese a todas las limitaciones, se vivía una progresiva, aunque relativa, liberación de las ataduras físicas del cuerpo femenino. Así se propició el inicio de una gradual supresión del corsé. Antes de desaparecer se intentó un corsé «recto», sin cazuelas para el pecho. La camisa debía bastar para sostener los senos. La huida del agobiante corsé y la búsqueda de un soporte eficaz para el pecho llevó en 1889 a la invención del *sostén* a cargo de Herminie Cadolle, quien lo consiguió cortando en dos partes el corsé [1].

El uso de la *lencería* merece alguna atención. Incluye un conjunto de prendas «íntimas», que no son visibles al observador ni manifiestan el cuerpo, pero que revisten interés por haber estado y estar aún frecuentemente vinculadas a la sexualidad. Como se apuntó en su momento, durante la época medieval la «ropa interior», austerísimos vestidos lisos, tenían como misión proteger el cuerpo del roce con las rígidas telas que constituían la vestimenta exterior. Su función, pues, era esencialmente utilitaria, alejada de todo erotismo. La aparición elitista del corsé durante los siglos XV y XVI, adelgazando la cintura, ya parecía destinada a subrayar algún atractivo sexual. Con el paso del tiempo las cosas cambiaron de modo que al iniciarse el siglo XIX las mujeres modernas llevaban muy poca ropa bajo sus camisas, pero finalizando dicho siglo el cuerpo femenino se ocultaba tras una compleja combinación de camisola, corsé, medias y enaguas [10]. Fue en ese momento cuando estas ropas, precisamente por contactar directamente con las formas femeninas, adquirieron significado erótico y se convirtieron en objeto de interés sexual. En plena *belle époque* la lencería se diversificó, se adornó y se difundió. El cancán del parisino *Moulin Rouge* ha ejemplificado universalmente la carga erótica de los pantalones de encaje y de las cinco enaguas que con su *frufrú* excitaban los anhelos de varones de toda condición.

Pero las adolescentes y jovencitas de la época estaban sometidas a la rígida moral victoriana. La adolescencia era juzgada como una etapa tendente al descontrol que, por tanto, debía ser controlada. Tanto el impulso sexual como el alimentario debían ser inhibidos, el primero por completo. El necesario pudor femenino obligaba a suprimir cualquier manifestación que pudiera interpretarse como señal sexual. Las muchachas no podían ingerir alimentos «inflamatorios», es decir, susceptibles de suscitar sus más o menos bajas pasiones: café, té, chocolate, salazones, nueces, uvas, alcohol... La carne también estaba limitada pues, se creía, estimulaba la actividad y el desarrollo sexuales [26]. Todo ello se hacía más necesario cuanto mayor era la alarma de padres y médicos, lo que solía ocurrir en casos de pubertad precoz. La abstinencia alimentaria otorgaba certificado de aceptación social a las adolescentes y jóvenes casaderas de la clase media.

La medicina de la época otorgaba una gran importancia a los ciclos menstruales, considerando que la salud y el bienestar de las mujeres y, por tanto, de las muchachas estaban determinados principalmente por sus órganos reproductivos. Para la medicina

victoriana, eran los ovarios, y no el cerebro, el órgano más importante del cuerpo femenino. Había, pues, que proteger y preservar el correcto funcionamiento de estos órganos. Un importante médico de Harvard, Edward Carke, proclamaba que las muchachas en desarrollo resultaban dañadas física y emocionalmente por unas prácticas educativas que aportaban energía al cerebro y la sustraían de los ovarios... [27]. Sin embargo, la propia actuación de los médicos resultaba coartada por los tabúes oscurantistas. Si una muchacha debía sufrir la exploración de sus «partes privadas», este examen debía llevarse a cabo sin que la joven se desnudara, el médico debía introducir sus manos bajo sus largas faldas y, por supuesto, siempre ante la presencia y la ineludible vigilancia inmediata de su madre.

A medida que avanzaba el siglo se fue instaurando en las jóvenes de estas clases sociales un modelo de apariencia corporal hecho de languidez, palidez y delgadez. Las muchachas victorianas ingerían vinagre para adelgazar y arroz para estar más pálidas. Ciertas escuelas privadas para señoritas de «buena familia» enseñaban el delicado arte del desmayo: qué posturas adoptar, quién debía estar presente en la habitación... Así se gestaban predisposiciones y vulnerabilidades psicobiológicas para trastornos como la anemia, la clorosis o la anorexia nerviosa [28]. Algunos varones, cierta élite, también perseguían la delgadez. Lord Byron y Kafka fueron dos personajes representativos (patológicos) de tales aspiraciones, al igual que la popular *Sisí,* emperatriz de Austria, lo fue de la preocupación femenina obsesiva por la apariencia física.

Todos estos usos, costumbres y cambios guardan relación con los valores asumidos por las distintas clases sociales. Hasta el siglo XIX las gentes de clase media procuraban (y podían) comer lo bastante para lograr un cuerpo suficientemente corpulento para así manifestar públicamente su bienestar económico. Las clases altas perseguían cuerpos algo más delgados puesto que ya no les era preciso pregonar su reconocida riqueza. Durante el XIX las clases medias empezaron a alejarse del modelo corporal corpulento. Cabe asociar este hecho a que el poder social ya no se manifestaba tanto a través del trabajo físico personal como de la capacidad para controlar y dirigir a otros [29]. En estas clases empezó a cuajar la idea de que un cuerpo más bien delgado manifestaba éxito y fuerza de voluntad, mientras la gordura se asociaba a falta de autocontrol.

Los últimos años del siglo XIX, el *fin de siècle,* contemplaron ese cambio radical en el modelo estético corporal femenino: la robustez dio paso al refinamiento en la silueta; la opulencia, a la delgadez. Se fue instaurando una especie de gusto decadente por el que a una mujer se la encontraba tanto más hermosa cuanto más reducidos fueran sus pechos y caderas. Las damas de la buena sociedad frecuentaban asiduamente masajistas que corrigieran la plenitud natural de ciertas partes de sus cuerpos, especialmente caderas y espalda. También pasaban hambre y tomaban pastillas que les permitieran situar su silueta dentro de los nuevos cánones que se estaban imponiendo. Se estaban dando los primeros pasos que condujeron a la difusión de unas modas estéticas de riesgo, desarrolladas durante el siglo XX, y ya en nuestros días extendidas a todas las clases

sociales. Sin embargo, la mayoría de las mujeres, aun con dudas y recelos crecientes, seguían aceptando unos cuerpos bien reproducidos en las esculturas de Rodin o Clará, o en los óleos de Courbet. De hecho, el *fin de siècle* contemplaba todavía el uso ya muy minoritario del miriñaque al tiempo que se imponía progresivamente la moda definida como «desnuda pero vestida» [9]. Las mujeres que la seguían debían estar vestidas desde el cuello hasta la punta del pie y, sin embargo, conseguir que se denotara su cuerpo alentando así las fantasías eróticas de los varones de la época.

La difusión del espejo ha sido (y es) un fenómeno de trascendental importancia para la valoración y enjuiciamiento del propio cuerpo, fenómeno que sorprendentemente no ha sido estudiado con un mínimo de profundidad. En las últimas décadas del XIX fue cuando el espejo dejó de ser un privilegio de aristócratas y grandes burgueses. Una gran parte de la población podía ya verse y contemplarse a voluntad. En las aldeas sólo el barbero contaba con un auténtico espejo, reservado, eso sí, para uso masculino. Las mujeres y muchachas podían atisbarse en pequeños espejos portados por los vendedores ambulantes. Pero hombres y mujeres aldeanos y bastantes ciudadanos nunca habían utilizado espejos que les permitieran contemplarse de cuerpo entero. En consecuencia, la identidad corporal se gestaba mayoritariamente en los ojos de los otros...

La difusión del espejo entre las clases acomodadas no impidió que su uso quedara limitado por el cumplimiento de las normas exigidas por el recato. Las muchachas debían evitar contemplarse desnudas, incluso en los reflejos del baño. Se utilizaban unos polvos especiales que enturbiaban el agua del baño impidiendo así la revelación directa del cuerpo [30]. En obligado contraste, en los burdeles de las ciudades proliferaban los espejos, subrayando así su aparente carácter erótico. Sea como fuere, lo sociológicamente significativo fue la introducción del espejo de cuerpo entero en el armario nupcial. Se abría así un camino que permitía centrar mucho más la atención sobre la estética del vestido y, por supuesto, del cuerpo.

Durante este siglo las familias residentes en inmuebles populares debían satisfacer sus necesidades fisiológicas en letrinas colectivas. Cada piso solía disponer de una y cada familia de la llave que permitía franquearla. Pero con las últimas boqueadas del XIX y entrando ya en el XX hizo su aparición el tocador y poco después el cuarto de baño. Esta pieza de la casa, cuya puerta podía cerrarse por dentro, dotada ya de espejo, se convirtió en garantía de intimidad, siendo un paso definitivo en el conocimiento y evaluación del propio cuerpo.

Entre la alta burguesía la difusión del espejo coincidió en el tiempo con la moda social del retrato. La apariencia física, hecha de expresión facial, cuerpo y vestimenta, quedaba indeleblemente pergeñada en unos óleos que definían una valoración social con visos definitivos. Superada la mitad del siglo, la aparición de la fotografía vino a potenciar la práctica del retrato, un retrato mucho más al alcance del ciudadano o ciudadana medios que la pintura. En todas las ciudades se instalaron estudios de fotografía y en las ferias y fiestas populares no podía faltar el fotógrafo ambulante. Contemplar retratos de esta

época permite comprobar la escenificación y estandarización de actitudes, ademanes y expresiones. Su relativa homogeneidad describe la moda novecentista en la presentación de las personas y, obviamente, de sus cuerpos. Precisamente la fotografía hizo posible la difusión de reproducciones de cuerpos desnudos. Alrededor de 1850 en la mayoría de los países europeos se promulgaron leyes prohibiendo la venta de fotografías obscenas en la vía pública.

En general, las mujeres del siglo XIX, especialmente las de clase media, guardadoras primordiales de la moral vigente, en defensa de su pudor se comportaban siguiendo restricciones y recatos que hoy nos resultan completamente ridículos. Tales prácticas afectaban incluso a las relaciones sexuales con sus esposos. Informes de ginecólogos de la época señalan que antes de 1900 alrededor de un tercio de las mujeres permanecían vestidas durante sus cópulas matrimoniales. En 1920, por lo menos en los países anglosajones, ya sólo copulaban vestidas alrededor del 8 por 100 [27].

Una gran parte de cuanto estamos comentando concernía y afectaba a adolescentes y jóvenes de clases sociales medias y altas. Pero el siglo XIX vivió la tragedia sociolaboral de la industrialización. Muchas chicas de clase baja trabajaban en la industria textil y en establecimientos dedicados al vestir. La influencia de las modas también les alcanzaba, pero de modo muy peculiar. En las estaciones de la moda, es decir, en los tiempos en que se difundían los nuevos modelos, habitualmente unos cuatro meses al año, incluso los mejores establecimientos exigían trabajar hasta 15 y 18 horas diarias. Las muchachas sometidas a estos horarios y exigencias podían no cambiarse de ropa durante nueve o diez días. Con frecuencia reposaban de vez en cuando en un colchón y se les suministraba comida troceada para que pudieran tragarla en el menor tiempo posible [9]. Era, sin duda, una triste forma de seguir los avatares de la moda.

En los inicios del XIX, se desarrollaron nuevos sistemas de enseñanza y formación, concebidos fundamentalmente para satisfacer las necesidades de las clases mercantiles. En consecuencia no estaban abiertos para muchachas. Los jóvenes de clases pudientes debían prepararse para convertirse en «capitanes de industria». Las chicas debían seguir recibiendo su educación en casa. El panorama empezó a cambiar hacia finales del siglo, observándose un cierto distanciamiento entre generaciones en el seno de las familias. Los adolescentes, incluso las chicas, ya no constituían, como en tiempos anteriores, un elemento significativo de la vida doméstica. Empezaban a pasar gran parte del tiempo fuera de casa, sea estudiando, sea trabajando. Ello supuso someterse a nuevas influencias y modelos. En estas circunstancias empezó a retrasarse la edad en que las muchachas contraían matrimonio. Su exposición a nuevas influencias extrafamiliares, junto con la prolongación del tiempo que transcurría entre la menarquia y el matrimonio, incrementó la ansiedad de las familias multiplicando sus esfuerzos para conseguir la máxima inhibición posible de la sexualidad de sus hijas. Las adolescentes que estudiaban lo hacían en centros o edificios separados de los que acogían la enseñanza de varones y, por supuesto, los contenidos de lo enseñado variaban en función de los distintos objetivos a

conseguir. Las privilegiadas que «estudiaban» solían hacerlo en pensionados e internados que las acogían entre los quince y dieciocho años de edad, una vez finalizada la formación familiar, doméstica y moral. Allí aprendían las «artes de adorno» que debían hacerlas atractivas en los salones donde se amañaban muchos matrimonios. Que tales instituciones fueran exclusivamente femeninas no impedía que se ejerciera un notable control para evitar posibles atentados a la «modestia». Una monja solía ser la vigilante de los dormitorios, especialmente en los momentos de acostarse y levantarse, es decir, de desnudarse y vestirse. Para evitar peligros morales los médicos recomendaban evitar calor y trasudor en la cama, prohibían edredones y excesos de mantas, y dictaban la postura más conveniente para dormir [30]. La equitación, posible en los internados de alto nivel, suscitaba recelos y desconfianzas que a veces se extendían incluso al uso de máquinas de coser...

Los chicos, en colegios o liceos, preparaban el bachillerato, el acceso oficial a la burguesía. La preocupación por su moral sexual también afectaba a los varones. El rechazo del onanismo condujo a proponer unos bragueros a medida para dificultarlo o imposibilitarlo. Esta medida llegó a practicarse en algunas familias e instituciones hasta los primeros años del siglo XX [30]. Incluso se fabricaron «cinturones de contención» para uso de las chicas. Las puertas de sus letrinas debían tener un corte arriba y otro abajo que permitieran controlar sus posturas y movimientos.

Entre tanto, los jóvenes obreros, desde su primera comunión, vivían en su familia y aportaban a ella su paga [31].

Se aceptaba que las mujeres de clase obrera trabajaran siempre y cuando sus trabajos pudieran interpretarse como una prolongación de los quehaceres femeninos tradicionales. En cambio, no era bien visto que una mujer de clase media trabajara por dinero; si lo hacía, perdía forzosamente su feminidad. Por supuesto, si el trabajo se desarrollaba en ambientes mixtos, en contacto con varones, era considerado completamente inadecuado. La condena era total si obligaba a alguna ligera exposición del cuerpo.

Las madres eran las responsables directas de la «formación para la vida» de sus hijas. Estado e Iglesia coincidían en otorgarles y aun exigirles esta misión. La madre debía iniciarlas en el mundo. Y el confesor, junto con la madre, en la moral y en Dios. A cargo de la madre corría una dura misión: casar a su hija. Aunque llegado el momento, el padre debía dar su autorización. La posibilidad de acceder al matrimonio quedaba señalada por dos acontecimientos bastante bien definidos. Uno de ellos era la entrada en la adolescencia, habitualmente asociada a la primera comunión cuya celebración tenía lugar alrededor de los doce años de edad. El otro era, en los varones de clase alta y de la creciente clase media, la finalización de los estudios secundarios, el bachillerato. Las chicas de esos estamentos sociales no estudiaban bachillerato y debían conformarse con estudios primarios. Cuando estas metas se habían alcanzado ya era posible «entrar en el mundo», buscar pareja y hacer posible un noviazgo. La sociedad burguesa organizaba festejos para que todo ello fuera posible. Los «bailes blancos» se organizaban para

chicos y chicas casaderos. La blancura teñía los vestidos de las muchachas, simbolizando así su inocencia y virginidad. Distintos países abrigaban distintos procederes asociados a este ceremonial. En Francia, por ejemplo, se esperaba que una muchacha se casara durante el año que seguía a su presentación en sociedad. Si era muy joven, el plazo podía alargarse un par de inviernos más. Pero si el tiempo de soltería se prolongaba más allá, cabía pensar que había algún motivo oculto [32]. El noviazgo burgués se extendía entre tres semanas y varios meses, siendo dos meses una duración considerada conveniente.

Durante el siglo XIX las familias pudientes vivían importantes ambivalencias en lo que concierne a los posibles noviazgos de sus hijas. Por un lado, para asegurar su porvenir y la tranquilidad (económica) de la familia era necesario lograr un «buen» noviazgo para la niña. Ésta, por tanto, debía conocer a varones jóvenes, pero siempre con la máxima discreción y recato, guardando las distancias. Una vez establecido y aceptado el noviazgo, las relaciones entre los novios debían seguir normas muy estrictas que garantizaban el alejamiento de todo acercamiento sexual. No debían hablar demasiado de amor, ni cuchichear entre ellos en voz baja. Un beso, una leve caricia, solía ser objeto de dura reconvención. No podían estar solos en casa; los paseos por la calle pocas veces eran posibles sin la compañía de la correspondiente «carabina». En este marco los aprendizajes erótico-sentimentales de los adolescentes, especialmente de las muchachas, se limitaban a inhibir cualquier expansión de dudosa moralidad a ojos de la sociedad bien pensante. La castidad era norma moral y social de obligado cumplimiento, aunque se toleraban los excesos de los jóvenes varones como demostración y garantía de su virilidad. Lo importante era que las muchachas se mantuvieran vírgenes. El lector atento habrá reparado en que muchas de estas costumbres y actitudes han mantenido su vigencia en los países del sur de Europa hasta bien avanzado el siglo XX.

Durante el siglo XIX la sociedad tomó conciencia de ese *momento crítico* que se considera es la adolescencia. Se trata de un período plagado de incertidumbres y riesgos que en los varones discurre desde la primera comunión hasta el servicio militar (y en algunos el bachillerato) y en las muchachas hasta el matrimonio. Este «momento crítico» es el de la identidad sexual. Rousseau lo veía así:

> «Nacemos, por así decirlo, dos veces: la primera para existir y la segunda para vivir; una para la especie y otra para el sexo (...) Como el bramido del amor precede a lo lejos la tempestad, esta tormentosa evolución se anuncia por el murmullo de las pasiones nacientes: una sorda fermentación advierte sobre la aproximación del peligro» (*Émile,* libro IV).

Los médicos de esta época publicaron múltiples escritos sobre los peligros de la pubertad en ambos sexos, así como sobre los remedios pertinentes. El adolescente era considerado un ser narcisista, preocupado por su imagen moral y física. Le fascinaban los espejos. Por otra parte, se decía, su apetito sexual le impulsa a la violencia, a la brutalidad, incluso al sadismo (por ejemplo, con los animales). Experimenta el gusto de la violación y la carne [31]. Esta sesgadísima distorsión del adolescente (varón) permitió

difundir en algunos ámbitos una visión del mismo rayana en la criminalidad. Una de las consecuencias de esta mentalidad fue que médicos y sociedad se preocuparan por la masturbación y por la homosexualidad frecuente o posible en los internados. Sin embargo, como ya se ha apuntado, era la sexualidad de las chicas la que exigía más preocupaciones y controles. Era una época, prolongada hasta el siglo XX, en que organizaciones y congregaciones como las Hijas de María velaban, junto con las familias, por la promoción y protección de la virginidad de las muchachas. El alma debía dominar el cuerpo, un cuerpo depositario y promotor de instintos manifiestamente pecaminosos.

El miedo al cuerpo y a sus manifestaciones tuvo algunas consecuencias que hoy nos parecen ridículas. Por ejemplo, la aparición de la llamada «enfermedad verde», un tipo de estreñimiento provocado por las medidas que las mujeres adoptaban para evitar todo riesgo de ventosear en público [30]. Los médicos también describieron la «ereutofobia», un miedo patológico a no poder impedir que el rubor ascendiera hasta la frente. La aparición de las menstruaciones solía vivirse con ansiedad y turbación, debiendo mantenerse ocultas.

Todos estos cambios y sus prolongaciones tuvieron lugar durante una centuria cuyas últimas décadas contemplaron la aparición de un fenómeno de trascendencia radical para las sociedades del siglo XX y de nuestros días: el desarrollo de la publicidad comercial. La iconografía al servicio de las ventas se extendió por todo el mundo industrializado. En relación con el tema que aquí nos ocupa no sólo hay que valorar la presencia y desarrollo de la publicidad destinada a promover las sucesivas modas del vestir, sino el uso y difusión continuos de grabados reproduciendo imágenes (cuerpos) femeninas. Cuerpos encorsetados y bien ceñidos, caderas pronunciadas, escotes generosos, posturas «atrevidas», competían en la promoción de artículos y mercancías sumamente dispares: champañas, cigarrillos, perfumes, telas... Las publicaciones periódicas, los muros de las ciudades, los escaparates de las calles se llenaron de carteles cuyo principal atractivo comercial residía en el cuerpo femenino que mostraban.

> «El propietario de una zapatería muestra hasta la pantorrilla las piernas de una dama elegantemente calzada, a las que rondan intencionadamente otro par de piernas masculinas calzadas con igual elegancia. El comerciante de medias muestra con qué picardía se ajusta una buena media de señora a una pierna elegante. La fábrica de muebles, que recomienda comedores y dormitorios, presenta en el comedor a un matrimonio joven que brinda con tiernas miradas por el "después"; en el dormitorio muestra el primer acto de ese después en el que la joven señora, desnuda hasta el corsé, hace que su marido le confirme una vez más que cumplirá todas las promesas hechas en la mesa...» (Fuchs, 1985. *Historia ilustrada de la moral sexual,* vol. III, p. 376) [9]

El desarrollo de la fotografía potenció intensamente este fenómeno comercial y social. En las décadas de los sesenta y setenta del pasado siglo muchos comercios, especialmente los dedicados al arte, se llenaron de retratos de cantantes, bailarinas, artistas de cancán, de fama no siempre confirmada, presentadas al público en poses más bien procaces y con vestidos que no siempre cubrían todo lo que exigían las normas sociales establecidas. Se constituyó así una potente forma de influir en la

conceptualización pública del cuerpo femenino. Se trata de un hecho que contribuyó a que esta época marcara un antes y un después en cuanto a la imagen pública del cuerpo se refiere.

A pesar de todas las presiones en contra, cuando finalizó el siglo XIX en las costas españolas (y en las de otros países) se inició una cierta proliferación de balnearios marítimos, en los que «tomar aguas» iba siendo sustituido por «bañarse» y «tomar el sol». Por ejemplo, en Barcelona, en 1872, se inauguraron los Baños Orientales de estilo neoárabe y en 1893 los lujosos Baños de San Sebastián [17]. Con las precauciones y separaciones de rigor los y las bañistas, y sus cuerpos, convivían.

REFERENCIAS

[1] Toussaint-Samat, M. (1990). *Histoire technique et moral du vêtement.* París: Bordas (versión en español: *Historia técnica y moral del vestido*. Madrid: Alianza).

[2] Grogan, S. (1999). *Body image.* Londres: Routledge.

[3] Poole, L. y Poole, G. (1963). *History of olimpic games.* Nueva York: Ivan Obolensky.

[4] Vrissimtzis, N. A. (1997). *Love, sex and marriage in ancient Greek.* Agia Paraskevi: Polygrama.

[5] Papalas, A. J. (1967). *Nudist aventure.* Los Ángeles: Elysium.

[6] Echeverría, A. (2011). A la última en la Roma imperial. *Historia y Vida, 518,* 48-55.

[7] Fallon, A. (1990). Culture in the mirror: sociocultural determinants of body image. En T. F. Cash y T. Pruzinsky (dirs.): *Body images: development, deviance and change.* Nueva York: Guilford, pp. 80-109.

[8] Lutte, G. (1991). *Liberar la adolescencia. La psicología de los jóvenes de hoy.* Barcelona: Herder.

[9] Fuchs, E. (1985). *Illustrierte sittengeschichte in sechs bänden.* Francfort: Fischer (versión en español: *Historia ilustrada de la moral sexual.* Madrid: Alianza).

[10] Entwistle, J. (2000). *The fashioned body.* Cambridge: Polity Press (versión en español: *El cuerpo y la moda. Una visión sociológica.* Barcelona: Paidós)

[11] Braudel, F. (1981). *The structures of everiday life: the limits of the posible.* Londres: Fontana.

[12] Breward, C. (1994). *The culture of fashion.* Manchester: Manchester University Press.

[13] Bradley, C. (1955). *A history of world costume.* Londres: Peter Owen.

[14] Von Boehn, M. (1944). *La moda: historia del traje en Europa desde los orígenes del cristianismo hasta nuestros días.* Barcelona: Salvat.

[15] Hunt, L. (1987). La vida privada durante la Revolución francesa. En P. Ariès y G. Duby (dirs.): *Histoire de la vie privée.* París: Éditions du Seuil (versión española: *Historia de la vida privada,* vol. 4, pp. 21-51. Madrid: Taurus).
[16] Fernández, J. (2010). La conquista de la playa. *Estilos de vida (La Vanguardia), 150,* 24-27.
[17] Andreu, M. (2012). La perla del Mediterrani. *Quadern, El País, 1.044,* 1-3.
[18] Rowe, L. (2002). Women and education in eighteenth-century Virginia. *Colonial Williamsburg Interpreter, 42,* 2 (versión on-line: http://research.history.org).
[19] Laqueur, T. (2000). Orgasm, generation, and the politics of reproductive biology. En C. Gallagher y T. Laqueur (dirs.): *The making of the modern body.* Berkeley: University of California Press, pp. 1-41.
[20] Schiebinger, L. (2000). Skeletons in the closet: the first illustrations of the female skeleton in eighteen-century anatomy. En C. Gallagher y T. Laqueur (dirs.): *The making of the modern body.* Berkeley: University of California Press, pp. 42-82.
[21] Hall, C. (1987). Sweet home. En P. Ariès y G. Duby (dirs.): *Histoire de la vie privée.* París: Éditions du Seuil (versión española: *Historia de la vida privada,* vol. 4, pp. 53-93. Madrid: Taurus).
[22] Esteban, M. L. (2004). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio.* Barcelona: Bellaterra.
[23] Laver, J. (2003). *Costume and fashion: a concise history of costume.* Londres: Thames and Hudson (versión española de la edición de 1995: *Breve historia de la moda.* Madrid: Cátedra, 2000).
[24] Myers, P. y Copplestone, T. (1985). *Landmarks of Western art.* Middlesex: Newnes.
[25] Roberts, H. (1977). The exquisite slave: the role of clothes in the making of the victorian woman. *Signs, 2,* 554-549.
[26] Brumberg, J. J. (1988). *Fasting girls. The emergence of anorexia nervosa as a modern disease.* Cambridge: Harvard University Press.
[27] Brumberg, J. J. (1997). *The body project. An intimate history of American girls.* Nueva York: Vintage.
[28] Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad.* Barcelona: Ariel.
[29] Bordo, S. (1993). *Unbereable weight: feminism, Western culture, and the body.* Berkeley: University of California Press.
[30] Corbin, A. (1987). Entre bastidores. En P. Ariès y G. Duby (dirs.): *Histoire de la vie privée.* París: Éditions du Seuil (versión española: *Historia de la vida privada,* vol. 4, pp. 419-617. Madrid: Taurus).
[31] Perrot, M. (1987). Figuras y funciones. En P. Ariès y G. Duby (dirs.): *Histoire de la vie privée.* París: Éditions du Seuil (versión española: *Historia de la vida privada,* vol. 4, pp. 128-191. Madrid: Taurus).

[32] Martin-Fugier, A. (1987). Los ritos de la vida privada burguesa. En P. Ariès y G. Duby (dirs.): *Histoire de la vie privée.* París: Éditions du Seuil (versión española: *Historia de la vida privada,* vol. 4, pp. 199-267. Madrid: Taurus).

4. Del ayer inmediato al presente: siglos XX y XXI

A lo largo del siglo XX y en lo que llevamos del XXI ha tenido lugar en el mundo occidental el cambio histórico más relevante experimentado por la valoración estética, y aun moral, del cuerpo. La silueta corporal, en la medida en que fue estilizándose también fue convirtiéndose en un signo muy principal de éxito, control y valía personal. Por el contrario, la gordura fue considerándose como una metáfora de fealdad, desidia, glotonería y pereza. Los cambios en las prendas de vestir, la progresiva exposición pública del cuerpo, el culto a la apariencia física, la proliferación de procedimientos para modelar el cuerpo, la liberación de costumbres, etc., han sido otros tantos hitos que han hecho de todos nosotros, y hacen de nuestros adolescentes, unas personas muy distintas de las que habitaban otras épocas y otros ámbitos. Veamos lo más esencial de estos cambios.

4.1. CUERPO Y VESTIDO FEMENINOS

La silueta femenina considerada ideal nunca había sufrido tantas transformaciones como a lo largo del siglo XX. El fallecimiento de la reina Victoria acabó con el puritanismo de costumbres que ella promovió. Asociada a este hecho hizo su eclosión en la historia la denominada *Belle Époque,* que, extendiéndose hasta la Primera Guerra Mundial, supuso una ruptura revolucionaria con rigores y rigideces de la época anterior. La *moda corporal,* inseparable de la moda del vestir, sufrió muchas y muy variadas modificaciones cuyas prolongaciones y consecuencias impregnan rotundamente nuestras actitudes y conductas relacionadas con la estética del cuerpo y con la indumentaria que debe cubrirlo o descubrirlo. Conductas y actitudes que han marcado y marcan a nuestras/os adolescentes.

La moda del vestir, el culto a la misma, su difusión y divulgación, circunstancias todas ellas que han ocupado un primerísimo plano durante toda la centuria, no se explicarían en su existencia y en sus dimensiones si no fuera por la extraordinaria expansión del periodismo y las publicaciones dedicadas a la moda. En los albores del siglo XX los *magazines* de modas empezaron a incluir fotografías en sus páginas, multiplicándose y

potenciándose así la influencia que ya ejercían en tiempo anterior. Seguramente el más famoso de estos *magazines* fue *La Gazette du Bon Ton,* fundada en Francia en 1912 y publicada regularmente hasta 1925 con su obligada suspensión durante los años de la Gran Guerra. *Vogue,* la más famosa y duradera de los centenares de publicaciones sobre moda que vieron la luz a lo largo del siglo, hizo su aparición en Estados Unidos en 1902. En la década de los sesenta la impresión en color dio un empujón definitivo a *Vogue* y a otros *magazines* semejantes. En los cincuenta la televisión ya había iniciado su importante aportación a la difusión de la moda y su culto.

Estos *magazines* han permitido seguir la pista a la evolución no sólo de las modas del vestir, sino también de las características de los cuerpos ideales vigentes a lo largo del siglo. Como muestra baste este botón, referido a las maniquíes y actrices, es decir, modelos estéticos, que ocuparon las páginas de *Vogue* y *Ladies Home Journal* desde 1900 hasta 1980 [1]. Entre 1900 y 1910 la relación entre los perímetros de pecho y cintura fue de 2/1. A partir de tal época la proporción se reduce rápidamente situándose en 1,1/1 en 1925. Se trata de los «años locos», promotores de las mujeres lisas, masculinizadas, vestidas y peinadas *à la garçon* (o *garçonne).* En la década de los cuarenta se promovió un cierto «engorde» femenino, alcanzándose una relación de 1,6/1. En los años cincuenta la proporción volvió a reducirse, retornando en los sesenta y setenta a las proporciones de los años veinte. Era la época de Twiggy, la época de la eclosión de la anorexia nerviosa. Desde entonces hasta hoy se han ido produciendo algunas variaciones de este último modelo ideal, pero hoy todavía nos hallamos bajo la influencia del modelo estético corporal delgado, por supuesto, femenino.

Los primeros años del siglo XX introdujeron la práctica de dietas restrictivas como procedimiento para modificar el volumen corporal, con la complicidad del corsé, que se resistía a desaparecer en la mayor parte de la población femenina. El corsé persistía pese a las redobladas críticas tanto de médicos e higienistas como de sacerdotes y moralistas quienes sostenían que el corsé daba lugar a cuerpos lascivos, tentadores, pecaminosos. Al iniciarse el siglo seguía vigente el corsé de «talle de avispa» que, determinando cinturas de 40 centímetros, permitía resaltar la exuberancia de busto y caderas. Poco a poco el corsé fue alargándose hasta comprimir vientre y caderas, manteniendo la expansión del busto y subrayando la grupa. Por encima de estos corsés hizo su aparición la falda tipo «paraguas cerrado». Eran muy largas, incluso con cola, lo que obligaba a caminar llevándolas recogidas. Este hecho determinó que la falda fuera muy estrecha, muy ceñida al cuerpo desde la cintura hasta las rodillas. Las jovencitas lucían unos escotes sumamente pudorosos, mientras las señoras los llevaban amplios, mostrando el nacimiento de los senos y con frecuencia la espalda hasta la cintura.

La Primera Guerra Mundial dio lugar a una importante conmoción socioeconómica que conllevó muy importantes cambios culturales. Algunos de ellos concernieron al papel de la mujer. Como ha ocurrido siempre, los cambios en la concepción de la mujer y de su función repercutieron en su forma de vestir y en la de presentar su físico. Hasta los

años veinte la moda había sido dirigida fundamentalmente a las mujeres ricas. En la década de los veinte, una nueva moda, llamada *flapper* en los países anglosajones y *garçonne* en los de habla francesa, floreció y se extendió entre mujeres jóvenes más o menos «promocionadas» de clase media. El estilo *flapper* puso en boga blusas y vestidos de líneas rectas y faldas algo cortas. Las jovencitas de los años veinte ya habían de ser delgadas, más bien planas, tirando a tubulares, adaptadas a los vestidos de moda. Esta línea recta exigía bustos más bien planos. En consecuencia, la industria corsetera puso a la venta vendajes especiales que enrollando el tórax permitían aplastar el pecho. Las dietas adelgazantes y el ejercicio vigoroso para perder peso iniciaron su difusión persiguiendo un cuerpo preadolescente, sin pechos, sin caderas. Los vestidos debían ser más cortos que antes y sin formas.

El peinado se concretaba en una melenita muy corta, de aire más bien masculino, de modo que con frecuencia el corte de pelo lo realizaban peluqueros de hombres. Como apuntamos más arriba, era el peinado *à la garçon* que otorgaba a las jóvenes un toque de remota masculinidad. El cuidado del cabello requería mucho menos tiempo que antes y marcaba una importante diferencia visual entre mujeres jóvenes y mayores. Los labios se pintaban de rojo intenso y la cara se empolvaba. Las faldas eran más bien cortas, con piernas enfundadas en medias y zapatos de talón. Las *flappers* constituyeron un tipo de muchacha joven moderna, autónoma, que podía trabajar, salía por la noche, bailaba (el provocativo charlestón), fumaba cigarrillos en largas boquillas, bebía, frecuentaba por las noches las *caves* de jazz, *liberándose* así de muchos convencionalismos.

Estas jóvenes eran solamente una minoría social, pero existían, tenían relevancia pública y se constituyeron en modelos de adolescentes de la época. Las adolescentes lógicamente tendían a seguir estos imperativos de la moda. Su preocupación por el cabello resultó potenciada, aunque ahora en aras de una estética distinta de la vigente hasta entonces. Sin embargo, lo más importante fue que este conjunto de cambios incluyó el inicio de la preocupación por la silueta y el volumen corporal, más concretamente el deseo de *delgadez,* como valor estético nuclear.

En el curso de estas innovaciones culturales, coincidiendo con ellas, tuvo lugar la denominada primera gran revolución sexual femenina, sobre todo en los países anglosajones. Las mujeres, aunque minoritariamente en un principio, empezaron a hablar abiertamente de sexo y sexualidad, en oposición al secretismo incluso verbal de la época victoriana. Este hecho no puede interpretarse como una simple liberación del discurso, puesto que implicaba un notable cambio de actitud de la mujer ante su cuerpo.

Alrededor de 1925 las faldas, especialmente juveniles, se acortaron varios centímetros. Por primera vez era posible ver, charlestón aparte, algunas rodillas de algunas mujeres. Hubo comunidades en las que la conmoción social fue estruendosa. El arzobispo de Nápoles proclamó a los cuatro vientos que el terremoto que había sacudido la ciudad de Amalfi en 1925 había sido un castigo divino por la exhibición impúdica de las rodillas [2]...

Es interesante trazar la evolución histórica de la progresiva exposición pública de las piernas femeninas. Tobillos y parte de las pantorrillas se habían empezado a exponer hacia 1870 en vestidos de baño, siendo la primera vez en que tales áreas anatómicas veían la luz pública. En la vida cotidiana fue a partir de 1913 cuando los bajos del vestido empezaron a mostrar un corto fragmento de tobillo. Hacia 1918 las faldas llegaban hasta el final (inferior) de la pantorrilla. A partir de ese momento experimentaron fluctuaciones de 2 a 5 centímetros hasta que en 1925 se alzaron hasta 45-50 centímetros del suelo, lo que permitía mostrar una pequeña porción de pantorrilla. En 1930, las faldas, los vestidos, se situaron por debajo de las rodillas, y en consecuencia facilitando la exposición de pies, tobillos y piernas. Los brazos también podían ir descubiertos y no sólo en veladas nocturnas elegantes. Las piernas se cubrían con medias beis, sustituyendo las medias negras de lana usadas hasta finalizada la guerra mundial [3].

La progresiva exposición pública del cuerpo femenino seguía provocando reacciones muy crispadas en los estamentos bien pensantes. Brotons reproduce un llamamiento del obispo de Barcelona difundido en 1925 que representa muy bien ese género de reacciones [2]:

> «Mujeres cristianas: sed modestas en el vestir. ¿Hasta cuándo os haréis sordas a la voz del Papa y de los Prelados, que no cesan de clamar contra el libertinaje de la moda? La honestidad del vestido es un deber, y al mismo tiempo que decora castamente a la mujer, la amuralla contra los atrevimientos insolentes del vicio.»

Se organizaron, especialmente en Gran Bretaña, algunos movimientos femeninos que, a partir de la cita de Juvenal *mens sana in corpore sano,* intentaron promover la salud tanto física como mental de las mujeres. Su lema principal fue «El movimiento es vida» [3]. Esta corriente defendía el mantenerse en buena forma física, favoreciendo la práctica deportiva. Alemania y Austria contemplaron la difusión de estas ideas. Condujeron a ciertas modificaciones en algunas formas de vestir, por ejemplo, las patinadoras empezaron a utilizar faldas más cortas de lo usual. En 1933 una tenista, Alice Marble, llevó por primera vez unos *shorts* en las pistas de Wimbledon. Pasado un tiempo los pantaloncitos cortos empezaron a difundirse entre adolescentes y jóvenes. Las piernas deseables, cada vez más descubiertas por el uso de tal prenda, debían ser largas. Pronto se descubrió que la longitud de las piernas —y, por tanto, la sensación de esbeltez— podía incrementarse utilizando zapatos con tacones altos. Y proliferaron, claro está.

En esos días se inició la tendencia que llevaría a la larga a la desaparición definitiva del corsé, se suprimieron los rellenos de los corpiños, se difuminó la cintura al descender el talle hasta las caderas o más abajo. Los vestidos se hicieron más amplios y con menos forma, los hombros más anchos y el pelo fue cada vez más corto. Bastantes mujeres, las seguidoras de la moda, empezaron a sujetar sus pechos aplanando su silueta. El ánfora había dejado paso al tubo. Gimnasia, deportes y regímenes alimentarios ya coadyuvaban a tal empeño. El cuerpo delgado, de pecho aplanado, bronceado y un rostro de 15 años se convirtió en la silueta deseada por las jovencitas de los años veinte [34]. Se atribuye a

la popular Coco Chanel la creación de la moda de vestir denominada, como ya dijimos, *garçon* o *flapper.* La Chanel difundió un estilo de ropa confortable, fácil de llevar, que no requería corsetería ni una cintura bien definida. Introdujo tanto en hombres como en mujeres el uso del jersey, iniciando así lo que posteriormente sería la igualitaria moda *unisex.*

Hasta bien entrados los años veinte, el peso y, por tanto, la preocupación por el mismo (es decir, por el volumen corporal) no empezó a convertirse en un componente crítico de la identidad femenina. En esos años las ganadoras del concurso de Miss América ostentaban unas medidas medias de busto-cintura-cadera de 81-63-89. Nunca las dimensiones del busto eran superiores a las de las caderas [5]. En Estados Unidos muchas mujeres se entregaban a las máquinas de adelgazar, la iodina, las dietas de inanición y el ejercicio extenuante. En 1926, la Academia de Ciencias de Nueva York dedicó unas jornadas a analizar la eclosión de los trastornos alimentarios [6]. Esta eclosión no fue sino el antecedente histórico, sociológicamente muy importante, de una serie de conductas, actitudes y trastornos que mantienen absoluta vigencia en nuestro siglo XXI.

La gradual aparición y difusión de los medios de comunicación de masas permitió acelerar extraordinariamente la divulgación de la moda desde las «élites» que las creaban e iniciaban hasta la mayoría de la población. Diarios y revistas de los años veinte incluían sistemáticamente *páginas de modas.* Bastantes años antes, hacia 1770, ya se publicaban en París *Galerie des modes* y *Courier des modes,* pero su ámbito de influencia no trascendía los límites de la alta sociedad [7]. En la posguerra el desarrollo de las artes gráficas permitió la reproducción de *figurines.* Hasta los años veinte las modas del vestir se representaban mediante ilustraciones hechas a mano. A partir de estas fechas la fotografía permitió ilustraciones totalmente realistas en revistas de modas profusamente distribuidas. La influencia social de modelos y modas se multiplicó. Ésta fue la época en que inició su publicación la sacrosanta *Vogue.* El cine vino a ejercer el impacto definitivo: actrices y actores se constituyeron en modelos ideales de comportamiento, vestimenta y, por supuesto, cuerpo. Gran número de jovencitas (y maduras) de la época estaban enamoradas de Rodolfo Valentino y aspiraban a parecerse a Greta Garbo. El cine, entre otros muchos efectos, motivó una cierta distorsión del cuerpo humano ideal, generalizando los hombros cuadrados de los varones y la ausencia de curvas en las mujeres [4].

Analizando las portadas y las páginas dobles de las revistas francesas de modas de los años veinte, así como las ilustraciones de los catálogos de venta por correo, se constata que los cuerpos delgados eran la norma incluso cuando en los treinta el talle se resituó en su lugar natural y las faldas se ensancharon [8]. Pese a la campaña desatada contra el corsé, su publicidad (o la de su actualización racionalizada, la faja) continuó apareciendo en las mencionadas revistas: debía mantenerse la «pureza de línea...». Todo ello supone que el discurso de la moda iba por un lado, muy verbal y minoritario, mientras por otro

discurría la expansión de las firmas dedicadas a fabricar corsés, expansión prolongada durante todo el período entre guerras. Pese a todo ello, en el propio país de la moda, en Francia, el porcentaje de muchachas jóvenes dedicadas a practicar deporte o actividades físicas para estar en forma era muy bajo [8]. Es un dato que apunta a la discrepancia existente entre la teoría verbalizada y los comportamientos mayoritarios.

Los años treinta albergaron un nuevo giro en la moda femenina. Los vestidos volvieron a ser elegantes, «femeninos». El cuerpo ideal también cambió: los pechos tendieron a redondearse y las cinturas se ajustaron permitiendo que se manifestaran las curvas de la silueta. Las permanentes hicieron al cabello más suave y atractivo. Se pusieron de moda los *baños de sol.* La progresiva exposición del cuerpo exigía que el aspecto de la piel también siguiera dictados de la moda. Y el bronceado dérmico se convirtió en el objetivo a conseguir. Al parecer fue, de nuevo, Coco Chanel la pionera e impulsora de este fenómeno. Por primera vez en la historia se abandonaba el color blanco de la piel como señal de distinción social. Mediante la acción del sol era posible conseguir bronceados que podían exhibirse llevando los nuevos bañadores o los vestidos de noche cuyos escotes posteriores permitían contemplar cada vez en más plenitud las espaldas femeninas. Esta exposición corporal no podía separarse de una silueta delgada, propia de mujeres «educadas», preocupadas por utilizar procedimientos contraceptivos y no dispuestas a tener un bebé a no ser que así lo decidieran. Éste era el prototipo. Por tanto, claramente minoritario. Las faldas a menudo eran más cortas por delante que por detrás, alcanzando la parte posterior de la pantorrilla. En 1938 la empresa Du Pont inició la comercialización de las medias de nylon, una auténtica revolución, que transformó en gran número de mujeres la forma de atender y valorar sus piernas, sus cuerpos [3].

Los ropajes de baño del siglo XIX, bombachos hasta los tobillos y casacas hasta las rodillas, se convirtieron en *trajes de baño,* coincidiendo con la difusión de los baños de mar y la natación mucho más allá de las clases privilegiadas. Eso se produjo especialmente a partir de 1936, cuando la Organización Internacional del Trabajo (OIT) aprobó el derecho a gozar de vacaciones pagadas. En los inicios del traje de baño, el pantalón se ceñía a los muslos llegando hasta la rodilla o algo más arriba, mientras el corpiño, breve y escotado, cubría el pecho. Un fabricante francés de géneros de punto, apellidado Maillot, lanzó un pantalón (el maillot) que se utilizaría en todas las actividades deportivas al tiempo que se incorporaba a los nuevos trajes de baño. En estos bañadores cabeza y brazos quedaban al descubierto. Se había iniciado la exposición pública del cuerpo o, por lo menos, de algunas partes del cuerpo mantenidas ocultas hasta ese momento. Ahora, el cuerpo era sometido a escrutinio público mucho más directamente que antes.

En esta época de cambios es ilustrativo recordar el anecdotario encarnado por Annette Kellerman [2]. Era una popular nadadora australiana que paseó su fama por Europa. Consiguió realizar con éxito la travesía de Danubio y Sena e intentó cruzar el canal de la Mancha. La Kellerman adoptó un nuevo bañador, inspirado en los de una pieza utilizados

por los varones. Aunque sus piernas se cubrían con medias de lana gruesa, sus apariciones en público causaban sensación y un cierto escándalo puesto que su ropaje acuático no disimulaba ni ocultaba las sinuosidades de su silueta. El día que utilizó un nuevo bañador en que las perneras llegaban hasta medio muslo, fue detenida. Pero sentó un precedente. Hacia 1915, Jantzen, un danés emigrado a Estados Unidos, ya había lanzado definitivamente el bañador de una sola pieza, hecho de pura lana, que se difundió con extraordinaria rapidez tanto en su versión femenina como masculina [2].

En una sociedad sometida a estos vaivenes de costumbres y valores se gestó la comunión colectiva con el *fetichismo de la línea,* por supuesto recta, la consagración de la dictadura de la delgadez. *Il faut souffrir pour être belle.* En la década de los treinta, el traje de baño se acortó y dejó al descubierto la espalda permitiendo adquirir el bronceado que debía exhibirse en ciertos eventos sociales. En esta época la firma Dunlop lanzó el látex, una tela elástica, completamente adaptable al cuerpo, un cuerpo que quedaba así perfectamente revelado una vez embutido en bañadores confeccionados con esa tela.

Aunque muy minoritario, hizo su aparición un fenómeno social que directa o indirectamente también ejerció su influencia en la preocupación por el cuerpo: el nudismo. Se trataba de un movimiento de ideología más o menos etérea, con toques anarquistas y libertarios propios de aquel momento histórico, estrechamente asociado al vegetarianismo. Se difundió en círculos reducidos con notable rapidez. Pese a ese carácter minoritario, escandalizó y preocupó. Tanto el régimen nazi como el franquismo lo prohibieron de inmediato tan pronto se hicieron con el poder. Su influencia probablemente dio lugar a mayores reducciones de los bañadores. A esta reducción colaboró la actriz Maureen O'Sullivan mediante su papel de Jane (y sobre todo su salvaje biquini) en la popularísima *Tarzan de los monos*.

Las restricciones económicas vividas durante las guerras mundiales ejercieron un notable impacto sobre vestimentas y aditamentos afines. Tras la primera guerra, la desaparición del corsé no fue una simple consecuencia de cambios de moda o de recomendaciones higienistas. El esfuerzo de guerra y la falta de materias primas facilitaron su desaparición, puesto que se consideró excesiva la gran cantidad de material que se utilizaba en su confección. El gobierno americano hizo un llamamiento a todas las mujeres para que, como deber patriótico, sustituyeran el corsé por el mucho más económico sostén [2]. Antes, en 1927, una americana, Ida Rosenthal, había patentado el sostén «doble soporte» sustituyendo lo que hasta entonces era una simple banda de ropa que aplastaba el pecho por unas copas que mantenían los senos separados de manera natural [2]. Supresión del corsé y uso del sostén conllevaron la desaparición de los ropajes voluminosos, siendo sustituidos por faldas más bien tubulares cuyo largo se iría reduciendo progresivamente. A medida que, sobre todo entre los jóvenes, se difundía la natación por encima del simple baño, el bañador siguió simplificándose para así facilitar los movimientos natatorios. Estos cambios no significaban que la aceptación de los moralistas fuera absoluta. Por ejemplo, en ciertas playas americanas ejercían su peculiar

labor unos funcionarios que medían la longitud del tramo de pierna expuesto al público, que no podía ser superior a 15 cm entre la rodilla y el final del bañador...

Corrían los tiempos en que las adolescentes, principalmente de Gran Bretaña y Estados Unidos hacían sus primeros pinitos en la restricción de alimentos y en la práctica de ejercicio físico a fin de controlar sus cuerpos. Eran conductas bastante extendidas en los internados de «señoritas» donde estudiaban las hijas de la alta burguesía. Las coacciones corporales físicas, externas, los corsés, estaban dejando paso a las coacciones mentales, internas, causantes de las decisiones de perder peso.

Todos estos hechos fueron forjando progresivamente un creciente interés por la (nueva) estética corporal, tanto en las adolescentes como en bastantes madres, interés inusual en los niveles socioeconómicos medios de la sociedad occidental de etapas anteriores. En la época victoriana la belleza era fundamentalmente espiritual, es decir, se derivaba de las cualidades morales de las doncellas. En el siglo XX la belleza se atribuyó absolutamente al aspecto exterior del cuerpo, incluyendo el rostro, a su estética, aunque también preocupaba tener buena salud. Ha sido y es una época, la nuestra, en que no sólo los espejos hogareños, también los carteles publicitarios, las revistas de modas, los probadores de las tiendas de ropa, etc., han multiplicado las ocasiones de plantear a las mujeres de cualquier edad la obligación de comparar su propio cuerpo, su apariencia, con los cuerpos y apariencias que les propone la sociedad.

La exposición pública, aunque muy parcial, de piernas y brazos, junto con las nuevas dimensiones que iban adoptando los bañadores, dieron lugar a otra preocupación femenina que se arrastra hasta nuestros días: la necesidad de suprimir el vello, por lo menos de las áreas corporales que caían bajo la mirada ajena. Así empezó y se extendió la práctica de la depilación corporal y, por tanto, la publicidad, comercialización y consumo de depilatorios. Era un paso más en la preocupación femenina por la apariencia física. A partir de entonces el vello corporal ha quedado asociado a suciedad, ruralismo, zafiedad y antigüedad.

Poco antes de la Segunda Guerra Mundial habían hecho su aparición los *trotteurs* o *tailleurs,* antecedentes del *traje sastre,* iniciadores de la falda corta, aunque de momento sólo se la hiciera llegar hasta el empeine. Más adelante las actividades deportivas y paradeportivas determinaron la aparición de la *falda pantalón,* que, sin embargo, no era falda ni pantalón. Con la posguerra y los dramáticos cambios sociales que comportó, la vestimenta femenina no podía mantenerse impávida. Empezó a difundirse la *falda corta* de verdad, que permitía vislumbrar por lo menos un fragmento de las pantorrillas. La mujer había incrementado el ejercicio físico, las idas y venidas, el subir y bajar de vehículos, etc., todo lo cual invitaba a desprenderse de impedimentos. De hecho, vestidos y chaquetones llegaban hasta la pantorrilla. Ya apuntamos que, hasta entonces, rodillas y piernas sólo habían podido verse con alguna libertad en los charlestones tan profusamente bailados por las *flappers.*

En los años que siguieron a la Segunda Guerra Mundial la moda *flapper* había cedido

mucho terreno, prácticamente había desaparecido. La década de los cincuenta vivió el apogeo de una serie de estrellas de la pantalla de extraordinaria popularidad (y, por tanto, modélicas), rotundamente exuberantes: Jayne Mansfield, Jane Russell, Marylin Monroe... Era un tiempo en que el busto debía existir sin reservas, siendo valorado en sumo grado. Fue la época del «baby boom», en la que se incrementaron notablemente las tasas de natalidad. Se consolidó así un tiempo de extendida fijación mamaria, con lo que el busto pasó a ser una importante preocupación femenina. Los mensajes sexuales ya no eran emitidos por tobillos, brazos, cuello y rostros. Ahora, piernas y pecho funcionaban como potentes emisores de señales, facilitando la percepción pública del cuerpo femenino propiamente dicho.

En esta época el sujetador alcanzó su plenitud dado su poder de modelar el pecho a gusto de la consumidora, es decir, de la moda. Los senos puntiagudos de Jane Russell promovieron los sujetadores de forma cónica. Así se difundió el estilo de «chica del suéter» que tantas actrices de Hollywood, por ejemplo, Lana Turner, cultivaron durante algunos años. Los fabricantes se esmeraron en crear sostenes que, utilizando caucho y aros concéntricos, permitieran ostentar unos senos cónicos a mujeres, incluyendo las adolescentes, cuyas mamas estaban muy lejos de tal conformación. Las jovencitas ya no habían de disimular su pecho como estaban haciendo mientras se debatían entre el recato y la moda; ahora precisaban entrenarse en el uso de sostenes que ya no debían servir para aplanar, sino para subrayar. Cualquiera que fuera el volumen del pecho, la compra y utilización de los primeros sostenes marcaba un antes y un después en el desarrollo femenino de la adolescente. Esa utilización tenía lugar a una edad notablemente inferior a la que contaba su madre cuando pasó por semejante prueba. A través de camisas, camisetas y jerseys los pechos debían aparecer puntiagudos. Eran tiempos en que el pecho, no el peso, constituía el objetivo central de las comparaciones mutuas entre las adolescentes americanas y muchas europeas. Su temor más difundido, confesado en sus diarios, era tener un busto plano [9].

En los años sesenta se torció esta tendencia a valorar un busto voluminoso, y el pecho plano volvió a situarse como objetivo de la moda. Los sujetadores ya no empujaban los senos hacia delante; ahora tendían a aplanarlos.

El cabello, es decir, el peinado, siempre ha tenido un papel destacado en la estética femenina. En esta mitad del siglo XX, la preocupación por el tipo de peinado quedó ampliamente superada por la referida al color del cabello. Era una época en que tuvo lugar la eclosión del rubio como el color piloso más atractivo. Muchos iconos culturales del siglo XX facilitaron que se asociara el atractivo físico, incluso sexual, a la posesión de una melena rubia. Corrían tiempos en que triunfaban socialmente Jean Harlow, Marilyn Monroe, BrigitteBardot y otras actrices famosas, populares, referentes de atractivo sexual y... rubias. Muchas adolescentes occidentales pretendieron ser rubias. Los teñidos y las oxigenaciones capilares aumentaron exponencialmente. Esta asociación entre cabello rubio y atractivo físico se mantiene mayoritariamente hasta el día de hoy, tanto en

muchachas adolescentes como en adultas jóvenes y no tan jóvenes. Populares y famosillas como Paris Hilton probablemente ayudan a mantener el fútil encanto de ser rubia.

Si el cabello rubio se presentaba en forma de melena o cola de caballo, tanto mejor. Sobre todo la cola de caballo confería una imagen más desenfadada, alegre, juvenil. Las distintas modalidades de moño sugerían seriedad y austeridad, siendo en esa época un peinado más bien propio de administrativas, bibliotecarias, maestras...

Piel y cabello sin duda han sido las partes del cuerpo que inauguraban y mantenían la preocupación por la apariencia física de las adolescentes de finales del siglo XIX y primera mitad del XX. La piel, es decir, el rostro, y el cabello constituían lo más expuesto a enjuiciamiento social del cuerpo femenino; el resto mayoritariamente permanecía oculto. Las jovencitas de esos días pasaban largas horas ante el espejo cepillando su cabello. En muchas familias, madres, hijas y hermanas dedicaban prolongadas sesiones a cepillarse el cabello unas a otras. Los granos (acné), un accidente natural y usual de la maduración biológica puberal, centraban las inquietudes de prácticamente todas las muchachas afectadas y de la mayor parte de sus madres. La posibilidad de que los granos estuvieran relacionados con falta de higiene hizo que, junto con el cuidado del cabello, se potenciara el interés por el aseo corporal de las adolescentes. Pese a compartir acné, los varones no se mostraban tan afectados.

Esta preocupación por el acné coincidió con la revolución de la introducción del espejo en el ámbito doméstico. Ya hemos descrito en apartados anteriores cómo se originó tal acontecimiento en los hogares de clase media de finales del siglo XIX. Se establecieron los cuartos de aseo, todavía pocas veces de baño, en los que se instalaron inodoro, un lavabo con agua corriente y, encima de él, un espejo. Así podían verse y contemplarse detalles de los rostros, por ejemplo, granos que antes sólo podían percibirse mediante el tacto. Y, por supuesto, el cabello y, por tanto, el peinado. Entrado el siglo XX, las adolescentes de clase media, que solían pasar unos años estudiando en colegios «femeninos», vivían así. En ellos, y relacionándose con sus congéneres, las influencias referidas a rostro, cabello y peinado eran recapituladas, adaptadas y/u obedecidas frente al espejo.

La preocupación por la piel y, por tanto, por modificarla ha sido considerada como el primero de los distintos *proyectos corporales* creados por los padres de clase media dirigidos a sus retoños ya brotados. Esas décadas del siglo XX vieron cómo las madres se preocupaban por la apariencia de sus hijas adolescentes, es decir, por su piel y por su vestimenta, una vestimenta ya comercializada y orientada explícitamente a muchachas de esa edad. En cuanto al ya aludido acné, hasta esa época no había sido considerado como problema médico importante, todo lo más como un lujo. En ese momento su solución se convirtió en proyecto corporal adolescente, alentado por las familias, y generando muy importantes beneficios tanto para la industria cosmética como para la farmacéutica [9]. Para mayor presión sólo faltaba la creencia, sostenida por bastantes personas, de que las

manchas en la cara podían ser señal de masturbación y, junto con los granos, incluso de perversiones sexuales o de enfermedades venéreas... Pese a todo ello, en las primeras décadas del siglo XX, el acné, como ya se ha dicho, se veía más como una consecuencia de la falta de higiene, de la suciedad, que de la inmoralidad.

En la cultura occidental los labios femeninos siempre han sido una muy reducida porción del cuerpo dotada de importante carga sexual. El rojo de los labios está estrechamente asociado al erotismo implicado, por lo que ha solido ser subrayado o provocado mediante distintos tipos de tintes. Hace más de 5.000 años las tumbas egipcias ya incluían pinturas que mostraban mujeres con labios así coloreados. En América y Europa los pintalabios hicieron su aparición hacia 1915. En principio, se trató de un objeto mal visto. Sólo lo utilizaban algunas mujeres para acudir a fiestas importantes o a bailes de cierto nivel. En 1928 sólo el 15 por 100 de las mujeres americanas reconocían que utilizaban pintalabios [10]. Durante mucho tiempo su uso era considerado signo de vida licenciosa o manifestación de vanidad. Pero en las décadas de los treinta y cuarenta el pintalabios se difundió y, aunque con grandes restricciones, empezó a ser utilizado por adolescentes y jovencitas, por lo menos en determinadas ocasiones. De hecho, su uso se convirtió en un símbolo más del paso de la infancia a la adolescencia o, incluso, del inicio de la vida adulta. Sin embargo, las adolescentes de labios pintados no solían ser bien vistas. Mediado el siglo XX, estudiantes universitarios manifestaban preferir chicas de rostro natural que maquilladas o pintadas [10]. En su opinión, las chicas con labios pintados eran para pasar un buen rato; para casarse o ser tomadas en serio debían pintar sus labios poco o nada.

A esas alturas de la historia, la ropa se redujo, el cuerpo se mostró en más extensión y con mayor frecuencia. La progresiva exposición de las piernas llevó a concentrar en ellas una gran parte de la erótica femenina hasta ese momento liderada por el busto. Modeladas por las faldas estrechas o manifestadas abiertamente con el acortamiento de las faldas, las piernas se convirtieron en transmisoras relevantes de mensajes erótico-sociales: mostrarlas, ocultarlas, cruzarlas, moverlas... Prototipo de la época: Betty Grable y sus «piernas del millón de dólares». El envoltorio, las medias, alcanzó su cumbre más alta al hacer su aparición en escena las *medias de seda.*

La Segunda Guerra Mundial también determinó importantes restricciones en la vestimenta forzadas por la penuria económica y la depresión psicosocial entonces reinantes. Durante los tiempos de guerra, por tanto, hasta 1945, monotonía y uniformidad fueron las características dominantes en el vestir. No había ánimo ni dinero para nada que sonara a lujo o frivolidad. El esfuerzo de guerra había suprimido del mercado todo lo que no fuera esencial. Sólo el mercado negro podía suministrar, por ejemplo, las ansiadas medias de nylon. Los uniformes no sólo eran lo propio de los militares. Dada la gran cantidad de ciudadanos, sobre todo mujeres, dedicados a servicios auxiliares, las calles estaban plagadas de personas uniformadas. Por otro lado, tanto en Europa como en América, las fábricas se llenaron de mano de obra femenina puesto que

las mujeres debían sustituir a los varones movilizados en los campos de batalla. Esas mujeres, vestidas con el *mono* obrero, aun ahora constituyen todo un símbolo de esta época.

Como es lógico suponer, la guerra desencadenó numerosos cambios en las sociedades occidentales (y en las otras). Se hizo notar un mucho mayor igualitarismo entre los sexos. En la década de los cuarenta, finalizada ya la contienda, el talle se ciñó significativamente, la cintura había de ser de muñeca, las faldas se estrecharon *(faldas tubo)* confesando la silueta corporal a partir de la cintura. Todo ello condujo a bastantes mujeres a reincidir en el denostado corsé, impuesto por Balenciaga en plena guerra mundial [4].

Las circunstancias dieron lugar a una cierta masculinización, en parte nueva, del vestido/cuerpo femenino. No sólo seguía cultivándose la línea recta; también los hombros se ensancharon, haciendo su aparición las hombreras. La apariencia del torso se hizo más atlética. El complemento definitivo fue la incorporación de los pantalones, una prenda que inicialmente quedó relegada a las jovencitas de la «buena sociedad», las que llenaban parte de sus ocios con prácticas deportivas. Los cuerpos así presentados sugerían un ideal muy poco alejado del masculino: línea recta, hombros/espaldas anchos, caderas estrechas...

Hasta ese momento las prendas de vestir, incluyendo los sostenes, de la mayor parte de las adolescentes se confeccionaban en las casas. La madre, la abuela o una costurera cortaban y cosían todos esos atavíos. Con la producción y comercialización de indumentaria específica para jovencitas las cosas cambiaron radicalmente. Se pasó de confeccionar unas prendas que se adaptaran al cuerpo de cada chica a la obligación de elegir ropas de medidas estandarizadas y diseñadas según las decisiones de la moda normativa del momento. Si la prenda en cuestión no se adaptaba al cuerpo de la adolescente, era lógico que pensara que algo fallaba en él.

En 1947 Christian Dior propuso un conjunto de chaqueta ajustada, bastante entallada, y falda ligeramente acampanada extendida hasta media pantorrilla. Fue un cambio dramático en relación con la austeridad de los tiempos de guerra. En general, la moda femenina de los cincuenta puede identificarse mediante dos siluetas aparentemente contradictorias: la falda ancha y más bien larga y la falda estrecha tubular, ambas subrayando la estrechez de la cintura [3]. En esa década, conviviendo con el bañador de dos piezas, las playas fueron testigo de la difusión del bañador de una pieza, denominado «reloj de arena». Buscaba conseguir anchuras similares en pecho y caderas al tiempo que la cintura debía estrecharse máximamente. Subrayando el busto, el borde inferior de una faldita dibujaba una línea horizontal a nivel del pubis.

A partir de la siembra de los años cincuenta, los jóvenes de los sesenta se convirtieron en líderes de la moda, lo que no había ocurrido nunca con anterioridad. Este liderazgo dio lugar a estilos nuevos y radicalmente innovadores, encarnados en muchachitas de aspecto andrógino con la famosa Twiggy encabezando el desfile. Muchas chicas llevaban

faldas más bien largas con pliegues delante y detrás, ideales para bailar el baile de moda, el *twist,* permitiendo que las rodillas se movieran libremente. En 1966, Mary Quant ideó unos vestidos muy cortos que subían la cintura y unas faldas que se alzaban hasta quedar unos 15 o 20 centímetros por encima de la rodilla. Había creado la *minifalda.* Le dio el nombre de *miniskirt* por ser el *Mini Cooper* su coche preferido. Su éxito entre las muchachas adolescentes y jóvenes fue inmediato. Su difusión constituyó un paso decisivo en la exposición pública del cuerpo: los muslos ya quedaban al descubierto. Un año después de su lanzamiento el acortamiento de la falda ya se había establecido socialmente. Pronto fueron bastantes las madres que llevaban minifalda [3].

La difusión social de la minifalda implicó muchos otros cambios socioculturales, no sólo en la moda del vestir, también en estilos de vida, concepción del cuerpo, papel de la mujer, autonomía de la adolescencia y, sobre todo, moral social. Estos cambios se llevaron por delante las medias, al tiempo que la minifalda hizo aceptable el uso de una nueva prenda, los *pantys* o mallas que, aun cubriendo piernas y muslos, permitían y permiten su identificación completa. La rápida proliferación de minifaldas dio lugar a renovadas tentativas de lograr un éxito comercial semejante mediante prendas similares. En los primeros setenta hicieron su aparición unos pantaloncitos cortos muy cortos *(extra-shorts)* bautizados como *hot pants,* otra creación de Mary Quant. Tuvieron aceptación fulgurante, pero fueron desestimados con bastante rapidez al irse convirtiendo en una prenda muy utilizada por trabajadoras del sexo. Sin embargo, en pleno siglo XXI los *hot pants* parecen estar encontrando nuevo acomodo en nuestras adolescentes. Es curioso que desde los años sesenta y setenta minifaldas y pantaloncitos hayan convivido con faldas largas hasta los tobillos... Pero esta largura no ha sido imposición de la censura social ni de pudor alguno; ha sido y es un vaivén más de los dictados supuestamente estéticos de las modas.

En España el oscurantismo franquista consiguió que todos estos cambios se incorporaran con evidente retraso. Las adolescentes iniciaron el uso de pantalones (largos) en la década de los cincuenta, con los cuales, por supuesto, no podían entrar en una iglesia. El pantalón corto tardó bastante más en ser aceptado, ni siquiera en prácticas deportivas. Alrededor de 1960 las universitarias españolas que practicaban deportes en las competiciones organizadas por la Sección Femenina (Falange) todavía debían hacerlo llevando pantalones bombachos; *pololos* les llamaban.

Durante las décadas sesenta y setenta las relaciones entre muchachos y muchachas adolescentes se hicieron mucho más frecuentes y más íntimas que antes. Sentirse observadas de cerca por sus compañeros incrementó la preocupación de las chicas por su apariencia física, situando todavía en primer lugar su piel y su rostro, pero ya no sólo la piel y el rostro. Con notable rapidez el cuerpo entero, su volumen, la silueta, empezó a desarrollar su trascendental papel en la definición de la autoimagen y la autoestima de las adolescentes. Fueron tiempos en que gradualmente se fue estableciendo una mayor independencia física y emocional de las adolescentes respecto de sus madres.

Probablemente éste fue uno de los hechos que contribuyeron a que su autoestima se basara más en atributos externos, valorados y cultivados entre sus coetáneos, que en rasgos de personalidad o en la generosidad.

Fueron años en que entre los adolescentes y jóvenes se difundió de modo apabullante el uso de *vaqueros* o *tejanos (jeans)*. Estas prendas se constituyeron rápidamente en un auténtico uniforme juvenil mantenido en plena vigencia hasta nuestros días. Para las chicas, vestir vaqueros, en su mayor parte muy ajustados al cuerpo, supuso la obligación de manifestar sin tapujos las formas y volúmenes de caderas, nalgas y muslos. Las dificultades para que medio cuerpo se adaptara y ajustara a tales envoltorios a menudo determinaban, y determinan, proceder a múltiples probaturas antes de decidir la compra de un par de pantalones. Además, embutir piernas y pelvis en ellos no siempre era (ni es) tarea fácil requiriendo a veces la colaboración de otra persona. La sinceridad corporal de los tejanos se completó con la introducción masiva de las camisetas *(T-shirts),* también ajustadas al cuerpo. Desde entonces, la vestimenta usual, cotidiana, de las adolescentes las obliga a estar pendientes de un cuerpo expuesto a la mirada pública a través de unas ropas que simplemente hacen las veces de una segunda piel.

En los últimos cuarenta se difundió el bañador de dos piezas con la braga hasta la cintura y el cuerpecito *brasier.* Pero antes ya había tenido lugar su aparición en el mercado. Tanto fue así que en el verano de 1934 un semanario madrileño, *Crónica,* envió a un fotógrafo a la playa de la Barceloneta, en la Ciudad Condal, consiguiendo retratar a un centenar de bañistas portadoras de aquel aditamento. Se recogieron 1.480 votos entre más de 10.000 lectores, siendo proclamada «Reina de las playas españolas» una muchacha tarraconense. Araceli Castro, así se llamaba, fue coronada brillantemente y premiada con 1.000 suculentas pesetas [11]. Éste fue el primero y último concurso de esta índole. Poco duró la alegría, pues la reacción de la autoridad gubernativa no se hizo esperar. Pocos meses después prohibió el uso de aquellos atrevidísimos maillots. La Iglesia tampoco podía faltar a la cita. El 12 de julio de 1936 el obispo Irurita en una *Hoja dominical* peroraba:

> «Entre los peligros de las vacaciones estivales quizá no sea el menor el de las playas, cuya inmoralidad y paganismo crecen de año en año, hasta el punto de que las personas decentes tienen que renunciar a los positivos beneficios que para la salud del cuerpo representan. Desde 1930, amados hijos, esa ola de pornografía va inundando de tal manera nuestras hermosas playas, que no podemos menos de atribuir a ella en parte, la causa por que el Señor permite los tremendos males que estamos padeciendo [11].»

A los seis días estallaba la guerra civil. El obispo había establecido así una relación causal no bien recogida por los historiadores entre bañadores playeros y guerra civil, relación modulada por una punitiva decisión divina. Los adolescentes de la época vivían todo esto...

En 1946 Louis Réard, un ingeniero, compitiendo con un modisto francés, Jacques Heim, en el diseño del «bañador más pequeño del mundo» creó una prenda cuya presentación aceptó una conocida *stripper,* Micheline Bernardini. Heim calificó su nueva creación de «átomo» en honor a su brevedad, pero Réard contraatacó con su modelo al

que por su carácter explosivo denominó *bikini* en recuerdo del atolón de Bikini donde los americanos estaban haciendo sus ensayos atómicos. La exposición pública del ombligo provocó un auténtico cataclismo social. Antes, algunas estrellas de Hollywood ya habían utilizado bañadores de dos piezas, pero el ombligo, rinconcillo corporal sorprendentemente tabú, se había mantenido oculto. Al exponerlo socialmente la manifestación pública del cuerpo alcanzó una de sus más atrevidas cotas históricas. Con el paso del tiempo el biquini se ha convertido en el bañador preferido, prácticamente exclusivo de adolescentes y mujeres jóvenes, estando cálidamente asociado a carnes firmes expuestas sin reparo social alguno. Las adolescentes de varias generaciones han vivido a través de él una parte de su naciente sexualidad. Algunas de las *sex symbols* de la época, por ejemplo, BrigitteBardot, promovieron su uso.

Es poco conocido que la economía de guerra facilitó la difusión del bañador de dos piezas previo al biquini. En efecto, la necesidad de ahorrar las nuevas fibras para fabricar tiendas de campaña, impermeables, cuerdas, etc., llevó al gobierno americano a decretar que los bañadores debían ser fabricados reduciendo su tejido por lo menos en un diez por ciento, medida esta que dio lugar a suprimir la parte central del bañador de una sola pieza. Por la misma razón el pantalón corto se estableció como bañador de los varones y se redujo la producción de medias de nylon [2].

El bañador de dos piezas inició su difusión, en principio tímida, por Norteamérica y Europa del norte a finales de la década de los cuarenta. En España no empezó a difundirse hasta quince o veinte años después. Por supuesto, en sus primeros atisbos esta mayor exposición del cuerpo fue considerada extremadamente provocativa e incluso pecaminosa. Ocurría en una época que ya contemplaba el desarrollo de manufacturas del vestir dirigidas explícita y exclusivamente a adolescentes y jovencitas. Y el «dos piezas» se incluyó en sus catálogos.

¿Qué sucedía en la España franquista? Brotons ha reproducido dos perlas de la época [2]. Una de ellas es una orden de la Comandancia de Marina de Barcelona, emitida en 1942. Por ella decretó:

> «... la prohibición, en hombres, de bañarse sin un traje de baño completo, que deberá llevarse abrochado. Queda también prohibido a las mujeres bañarse sin traje completo que tenga, además, una falda, quedando exentas de esta disposición aquellas que se bañen en los departamentos exclusivos de señoras».

La otra perla corresponde a una normativa hecha pública en 1943, también en Barcelona, por la Jefatura Superior de Policía. Mediante ella se prohibía el uso de bañadores que resultaran ofensivos «al pudor o decencia pública», permanecer fuera del agua «sin vestir albornoz o prenda análoga», así como organizar fiestas o bailes en traje de baño. Todo ello se prohibía:

> «... con el fin de evitar los espectáculos desagradables que en la época actual suelen darse en playas y piscinas, vulnerando las normas de moralidad cristiana que deben ser base fundamental de la conducta pública y privada en la vida social de la nueva España».

La presión del turismo, es decir, la economía, hizo que en 1952 el alcalde de Benidorm autorizara el uso del biquini en ese término municipal. Fue una decisión que facilitó el despegue y popularidad de Benidorm como prototipo turístico de la España de la época. Sin embargo, su alcalde, Pedro Zaragoza, sufrió la reconvención de las autoridades civiles y la amenaza de excomunión de las eclesiásticas. Sorprendentemente (o no), Franco, informado por el alcalde autorizó la ordenanza municipal en favor del biquini, que también incluía sanciones para quienes insultaran a las mujeres portadoras de dicha prenda [2]. En algunas playas menudearon las agresiones a las bañistas. En la de Sant Pol de Mar, una playa barcelonesa, afiliadas a la asociación católica Hijas de María apedrearon a un grupo de turistas alemanas que se bañaban en biquini [11].

Durante algunos años el uso del biquini, no del «dos piezas», fue una costumbre casi exclusivamente europea. En Estados Unidos tardó mucho más en introducirse debido al rechazo inicial del puritanismo dominante. Esther Williams, un icono cinematográfico gracias a su cuerpo y sus habilidades acuáticas, utilizó siempre el bañador de una pieza y rechazó explícitamente el biquini. En 1961 se publicó una amplia encuesta de adolescentes [12]. Tres de cada cuatro consideraban el biquini «repulsivo», «chabacano», «vulgar» u «horrible», y opinaban que sólo debían llevarlo estrellas de cine o mujeres en sus piscinas privadas. En esa encuesta una muchacha opinaba que el biquini no debían llevarlo «chicas que son demasiado gordas o demasiado delgadas, ni mi madre ni otros parientes femeninos». Así delimitaba lo que todavía son los criterios básicos para el uso del biquini: un determinado tipo de cuerpo y, aunque en menor medida, una determinada edad. A medida que han transcurrido los años, el biquini se ha ido generalizando entre las adolescentes al tiempo que sus dimensiones se reducían y el cuerpo ideal se hacía más delgado.

La resistencia al uso del biquini observada en las chicas estadounidenses desapareció rápidamente. Una canción que en España se llamó *Biquini amarillo,* y que en Estados Unidos alcanzó el primer lugar de las listas de éxitos discográficos, posiblemente influyera en la proliferación del biquini en los cuerpos de las adolescentes estadounidenses. En muy poco tiempo se convirtió en el bañador de moda, ostentado ya sin ningún tipo de reparo. A lo largo de los sesenta se produjeron y proyectaron varias películas dedicadas a adolescentes y jóvenes cuya acción se desarrollaba en muy variadas playas donde la exposición corporal, biquini mediante, era la norma.

La definitiva sustitución del bañador de dos piezas por el *bikini* era poco compatible con la posesión de un cuerpo real o supuestamente alejado de la delgadez. El biquini integrado en el conjunto de prendas de vestir formado por vaqueros, camisetas, pantalones cortos, etc., todos ellos revelando de algún modo el cuerpo de la adolescente, constituían y constituyen un completo vestuario cotidiano o de ocio plenamente integrado en la cultura juvenil. Las experiencias y sentimientos que esta exposición cotidiana del cuerpo implica justifican en gran parte el traspaso de preocupaciones desde la cara hasta el cuerpo globalmente considerado. Complementariamente se ha ido desarrollando un

importante mercado de lencería dedicado a las adolescentes, siguiendo diseños sin duda asociados a la cada vez más temprana *sexualización* de las muchachas. Sin embargo, dadas las características de una gran parte de su *ropa exterior,* en las adolescentes queda bastante desvirtuado el cariz erótico de su *ropa interior.*

En España, la tolerancia social del desnudo femenino dio un paso gigantesco tras la muerte de Franco y la posterior transición hacia la democracia. Fue la época del *destape.* Cantantes y actrices de muy diverso pelaje y calidad mostraron sus encantos al completo en una serie de películas mayoritariamente deplorables desde una perspectiva artística, pero que batieron marcas de taquilla durante un tiempo. Asimismo, las nuevas y frecuentes escenas eróticas o manifiestamente sexuales que proliferaban en algunas cintas testimoniaban la creciente tolerancia social del sexo, al tiempo que también la promovían.

El biquini se fue difundiendo en versiones cada vez más reducidas, las cuales, tras algunos años, dieron paso al *topless,* vigente, aunque todavía no mayoritario, desde finales del siglo XX. En realidad el *topless,* también denominado *monokini,* hizo su aparición en 1964, según informó la revista *Life* [2]. A partir de ese momento se inició una aventura sociológica que ha llevado a la exposición pública casi total del cuerpo femenino (y, por supuesto, del masculino). Brigitte Bardot posiblemente fuera la lanzadora oficiosa del invento al desprenderse de la parte superior del biquini a fin de mejor broncearse bajo los ardores solares de Saint-Tropez. Corría 1967. Porque un cuerpo, para preciarse, recuérdese, no sólo ha de seguir los cánones estéticos marcados por la época, sino que, además, ha de revestirse de un color muy determinado: el moreno. Para conseguir todo ello, se siguen dietas, se hace ejercicio, se quema la epidermis... Los concursos de belleza, los desfiles de modelos, las revistas femeninas (y últimamente las masculinas) van estableciendo y difundiendo los modelos corporales ideales.

En Estados Unidos la moda de la delgadez se desencadenó abiertamente en la década de los sesenta. Para explicar sus causas analistas del fenómeno han subrayado la importancia del biquini, que resulta más agradable en un cuerpo delgado, y del prestigio social de personajes como Jacqueline Kennedy, seguidora de dietas restrictivas, o Twiggy, la modelo más delgada de la época. Delgadez se asoció a refinamiento, fuerza de voluntad y elegancia. El éxito en seguir dietas se convirtió en una vigorosa competición entre mujeres, es decir, una competición en apariencia física (delgada) [13, 14]. Durante este período se produjo la extensión del ideal delgado a todas las clases sociales. En 1960 hizo su aparición una modelo británica, Jean Shrimptom, considerada como la primera en encarnar un cuerpo delgado y anguloso. Procedía de una clase media alta, como la mayor parte de los creadores de moda. Sus fotografías aparecieron en revistas *(Vogue, Harper's Bazaar)* dirigidas a las mujeres de nivel económico elevado. Lograr ese cuerpo era romper con lo convencional. Esa moda fue abrazada rápidamente por la *jet set,* mujeres jóvenes, de economía holgada, y «modernas», acogiéndose a sus connotaciones de libertad y aventura. Difundida, la delgadez empezó a ser vista como un medio que

permitiría a las mujeres de clase obrera trascender las barreras de clase y emular la vida de la *jet set* [14]. En este contexto, Twiggy, una muchacha de origen proletario que nunca ocultó, se constituyó en un ejemplo del cambio en prestigio social que podía conseguirse mediante la delgadez.

Volviendo al *topless,* es preciso reconocer que frivolidad y/o exhibicionismo no son siempre ni del todo suficiente explicación. Tanto su uso como el rechazo que ha sufrido y aún sufre sugieren una importante pregunta: ¿por qué los hombres pueden mostrar su torso desnudo y no pueden hacerlo las mujeres? La respuesta, ¿es sólo moral? Y si lo es, ¿de qué moral se trata? ¿De la misma moral que durante siglos ha considerado tabú la exposición de brazos, tobillos, rodillas, muslos, ombligos...? La aceptación social de la publicidad de cada una de estas partes del cuerpo ha sido muy lenta, implicando cambios en actitudes, conductas y valores. Todo ello no hace sino poner de manifiesto el importante papel del cuerpo en la conceptualización del hombre y de la sociedad. Y si no, que se lo pregunten a las mujeres musulmanas... En Estados Unidos, hasta hace muy poco las mujeres no han estado autorizadas a prescindir de los sujetadores en ningún espacio público. Para conseguir igualarse a los varones en mostrar el torso desnudo, por un lado, han creado el movimiento *topfree* (torso libre); por otro, defienden reducir al mínimo el tamaño de las piezas del biquini, lo que ha dado lugar al *minikini* y posteriormente al *microkini* [2].

Durante los años setenta y ochenta ya se había difundido masivamente entre la población femenina adolescente occidental el ideal del cuerpo delgado. La sociedad adulta, los medios de comunicación, las madres, hermanas y amigas de las adolescentes se impregnaron dramáticamente del culto a la delgadez. La delgadez corporal podía haber sido una aspiración individual o de cierta prevalencia social en décadas anteriores. Pero en ésas se generalizó como aspiración femenina, impregnó a las adolescentes, justificando y extendiendo la práctica de dietas hipocalóricas y de ejercicio físico para controlar el peso y *estar en forma.*

El peso, casi más que la silueta pero partiendo de ella, se transformó en preocupación colectiva, frecuentemente obsesiva. Caderas y muslos se transformaron en cruentos campos de batalla para la mayoría de las mujeres. Sin duda, era preciso reducirlos, empequeñecerlos. Desde las dietas hipocalóricas a las intervenciones quirúrgicas, pasando por las pastillas milagrosas, las cremas anticelulíticas o las liposucciones masivas, se fue estableciendo todo un repertorio de peligrosos procedimientos destinados a modificar los cuerpos sin ninguna otra justificación que seguir los dictados de la moda.

Es ilustrativo lo hallado al analizar las características de las modelos que aparecieron en las portadas de las cuatro revistas de modas más populares de los Estados Unidos desde 1959 hasta 1999 [15]. A lo largo de esos años tuvo lugar un dramático incremento de la frecuencia con que esas portadas reproducían los cuerpos enteros de las modelos en cuestión. Paralelamente, durante los años ochenta y noventa se produjo una significativa reducción del volumen corporal de esos cuerpos, es decir, un aumento de su delgadez.

Ambos cambios ponían de manifiesto el valor progresivamente otorgado al cuerpo delgado por la sociedad occidental en unos años en que la difusión de esas revistas, y, por tanto, su influencia potencial, se multiplicó notablemente.

Caminando sobre esos precedentes llegamos a nuestros días. En nuestro siglo XXI, las muchachas adolescentes, junto a la delgadez, valoran la carne prieta, tonificada, incluso musculada. Nada que ver con la blandura y suavidad que, junto con la redondez, habían sido consideradas hasta este momento atributos carnales femeninos deseables. Las adolescentes, habiendo abandonado las coacciones *externas* ejercidas sobre sus cuerpos por corsés, fajas y demás instrumentos de opresión, se han entregado en brazos de la opresión *interna* determinada por su decisión de comer poco y moverse mucho. Se supone que el cuerpo, así considerado, ya puede ser moldeado a voluntad. Esta utopía suele interpretarse como un incremento de libertad cuando lo que realmente manifiesta es la apoteosis de una nueva sujeción no ya física, sino mental, moral. Y así estamos...

En estos últimos años han tenido lugar algunos cambios en el ideal estético corporal femenino que conviene tener en cuenta. A diferencia de lo que sucedía en la minoría *flapper* y en sus variantes del siglo XX, el cuerpo ideal actual de las adolescentes y jóvenes ha de seguir siendo delgado, pero no rectilíneo. El abdomen no puede ser redondeado, sino recto y tenso; los muslos, estrechos, no deben contactar entre sí en ningún tramo de su trayectoria; el trasero debe existir, ha de percibirse, pero muy discreta y comedidamente. Pero el busto es otra cosa. El pecho ha vuelto a ser la redondez esencial admitida y debe hacerse notar incluso generosamente. La primera década del siglo XXI está siendo testigo de la extendida exhibición de glándulas mamarias por parte de adolescentes y jóvenes (y no tan jóvenes). Para que así sea se juega con sostenes con «relleno» (o no), camisetas ajustadísimas y escotes de notable sinceridad.

Este absurdo anatómico, un cuerpo muy delgado con senos bien desarrollados y prominentes, da lugar a sentimientos ambivalentes referidos al cuerpo y a paradojas tragicómicas en decisiones planeadas y con frecuencia ejecutadas. Así, la restricción alimentaria adelgazante, con pérdida significativa de tejido y peso, puede acompañarse de una intervención quirúrgica que permita dotar de tejido (?) y consistencia a unos senos que, sometidos al adelgazamiento general, pudieran resultar vergonzosos. Estas incoherencias son el efecto de un poderoso conjunto de presiones sociales referidas al volumen y silueta corporales que, interiorizadas, junto a una sexualización posiblemente prematura del cuerpo, predispone en nuestras adolescentes el desarrollo de una autoestima negativa, y de sus sentimientos ante la duda de ser aceptadas, o no, por sus coetáneos. De ahí la desmesurada importancia que la mayor parte de las muchachas otorga a la elección de sus vaqueros, sus camisetas, sus bañadores...

La preocupación por el cuerpo y los esfuerzos consiguientes para modificarlo guardan estrecha relación con el grado de exposición social del mismo. La historia que estamos recorriendo indica que nunca como hoy ha sido tan intensa tal exposición, nunca como hoy las vestimentas han sido tan sucintas ni tan reveladoras, nunca como hoy han estado

tan difundidos tan variados procedimientos para mejorar (?) la apariencia corporal. Desde este contexto sociohistórico cabe formularse una pregunta: ¿cómo se comportan las adolescentes y las mujeres jóvenes en general en países donde la exposición pública del cuerpo es prácticamente nula? Estudiando lo que acaece en la República Islámica de Irán pueden obtenerse jugosas conclusiones [16]. Es bien sabido que las mujeres iraníes ocultan cualquier parte o forma de su cuerpo bajo sus largas y amplias vestimentas, al tiempo que el *hiyab* sólo permite la exposición de su rostro. Este hecho obliga a centrar en el rostro toda la valoración social. La preocupación consiguiente por esta parte del cuerpo probablemente es la causa de que Irán albergue la tasa de rinoplastias cosméticas más elevada del mundo, pese a que la mayoría de las mujeres a quienes se les practica no presentan ninguna deformación nasal.

Pero hay más. El velo islámico es una prenda de uso común entre las mujeres iraníes, obligadas por la ley. Unas llevan el *chador* o *hiyab* islámico, que oculta el cabello y el cuerpo, pero no necesariamente el rostro. Su uso es voluntario y supone una fuerte ideologización religiosa. Otras utilizan el *rupush,* una especie de abrigo largo parecido a un impermeable, junto con un pañuelo que cubre cabello, orejas y cuello. Un tercer grupo cubre sus cabezas con un pañuelo corto que deja ver el cabello, y llevan un *rupush* corto y «apretado». Comparando mujeres jóvenes representativas de estos tres grupos se ha hallado que las del tercer grupo, las veladas incompletamente, presentan más insatisfacción corporal, más síntomas depresivos, peor autoestima y practican más dietas restrictivas y más ejercicio físico a fin de resultar más atractivas [16]. Así pues, cuanto más impregnadas están de valores religiosos tanto más en segundo plano queda la preocupación por el cuerpo y sus consecuencias emocionales, cognitivas y conductuales.

Las mujeres de este estudio, todas ellas de Teherán, tenían acceso a la televisión occidental. Antes de introducirse la televisión por satélite, las iraníes se sentían más satisfechas con sus cuerpos que las mujeres occidentales. Tras esa introducción las adolescentes iraníes presentan una prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario semejante a la de las muchachas occidentales [17]. Puede concluirse que, pese a un contexto religioso muy estricto en cuanto a valoración y exposición del cuerpo femenino, basta el contacto con medios de comunicación occidentales para que el cuerpo se sitúe en muchas adolescentes y jóvenes iraníes en un lugar preferente en cuanto a aceptación social y autoimagen. Las mujeres de sociedades tan tradicionales como la iraní están viviendo con rapidez acelerada, aunque de momento ocultamente, unos cambios que las mujeres occidentales han tardado muchos siglos en experimentar.

Volvamos a nuestro mundo occidental de hoy:

> «Al final del siglo veinte, el miedo a engordar, la ansiedad suscitada por partes del cuerpo, y las expectativas de perfección sufridas en los probadores de vestidos, se han superpuesto hasta convertir "Odio mi cuerpo" en un poderoso mantra que informa la vida social y espiritual de muchas chicas americanas» (Brumberg, 1997, p. 130 [9]).

Con escasas variantes esas circunstancias y ese mantra persisten en el siglo XXI y no

sólo en las muchachas americanas. Un «Odio mi cuerpo» que es sinónimo de «Me odio».

En la mayoría de las muchachas adolescentes (y de las mujeres adultas) ese odio, o por lo menos una insatisfacción corporal más matizada, suele fundamentarse sobre todo en la percepción de caderas y muslos, es decir, de aquellas áreas del cuerpo femenino en las que se asienta preferentemente el tejido graso asociado a la reproducción y que suelen resultar atractivas para los varones. Las adolescentes que perciben el desarrollo progresivo de tales áreas corporales a menudo lo hacen con indudable aprensión cuando no con auténtico terror. Su cuerpo está desafiando el patrón estético que tan arraigadamente han interiorizado.

Como hemos apuntado varias veces, la preocupación, con frecuencia obsesiva, por conseguir un cuerpo delgado obliga a muchas adolescentes a practicar conductas de riesgo, especialmente alimentarias. En estudios transversales de muchachas españolas se ha hallado que entre 14 por 100 [18] y 18,9 por 100 [19] están siguiendo dietas restrictivas para perder peso en un momento dado. (Por supuesto, son muchísimas más las que siguen o han seguido alguna vez tales dietas.) Son porcentajes semejantes a los que se detectan en todo el mundo occidental. Sin embargo, hay países que presentan tasas significativamente mayores, por ejemplo, México, el 25,5 por 100 de cuyas adolescentes de clase media están ingiriendo dietas hipocalóricas para controlar su peso [19]. La motivación por modificar el cuerpo, adelgazándolo, también se manifiesta a través del ejercicio físico planeado y decidido para perder peso. Eso es lo que hacen alrededor del 27 por 100 de las adolescentes españolas, aunque muy superadas por las mexicanas (47 por 100) [19].

En definitiva, la insatisfacción corporal y la interiorización del modelo corporal delgado, ideal occidental de belleza, afectan a la percepción del propio cuerpo (imagen corporal) de las adolescentes. En nuestro siglo XXI sigue vigente que cuanto más insatisfecha está una mujer de cualquier edad con su cuerpo, tanto más delgado es su ideal corporal y tanto más delgados considera que han de ser los cuerpos normales.

El *estilo* de la apariencia de una persona incluye todo cuanto embellece, cubre o decora su cuerpo. El estilo de nuestras adolescentes de hoy incluye muchos más elementos que en cualquier otra etapa histórica: artículos de vestir como vaqueros, *tops,* camisetas, vestidos, faldas, creados específicamente y difundidos comercialmente para esta edad; pertrechos como cinturones, botones, brazaletes, colgantes, bufandas, mochilas, bolsos/as, botas, zapatillas; ornamentos corporales como coloración del cabello, maquillajes, *piercings,* tatuajes; accesorios como iPod, auriculares, CD, cigarrillos e incluso ciertos libros. El estilo y la cultura específicos de la adolescente actual son en gran parte consecuencia de la suma e interacción de todos estos elementos, los cuales, conjuntamente, dan lugar a su peculiar apariencia, su particular *look.* La identidad de la adolescente, su «¿quién soy yo?», está estrechamente asociada a la asunción y exposición social de este estilo, en última instancia corporal. Seguirlo supone un notable

ejercicio de autocontrol y disciplina, especialmente cuando se acompaña de preocupación por la silueta y el peso.

Durante la segunda mitad del siglo XX se desarrolló profusamente la producción de vestidos en serie, la proliferación de colecciones *prêt-à-porter,* al mismo tiempo que se difundía la música *pop* y las culturas juveniles se constituían en fuentes de moda. La moda ya no pasaba sólo de la pasarela a la calle; en esos tiempos también empezó a discurrir de la calle a la pasarela. Hoy los límites entre la alta costura y la moda cotidiana se han ido diluyendo poco a poco. Las mujeres en general, y las adolescentes y jóvenes en particular, encuentran los atavíos que buscan no sólo en los grandes almacenes, cada vez mejor y más surtidos, sino en mercadillos y tenderetes que hacen más asequibles e incluso más atractivas las prendas de vestir. Los grandes minoristas como *Marks and Spencer* o *Zara* han ido ejerciendo más influencia en la moda juvenil que las grandes firmas de la alta costura. Las tiendas, el «ir de tiendas», los recorridos por los centros comerciales, son otros tantos hitos de la cultura adolescente de las últimas décadas. Compren o no, nuestras adolescentes observan, comparan, adquieren normas estéticas, comentan, viviendo todo ello en una íntima interacción personal en el seno del grupo de amigas. Así, unas junto a otras, van dando pasos hacia la homogeneización y actualización de los revestimientos que deben adoptar sus cuerpos.

Formando parte de los orígenes de estas circunstancias, en los finales del siglo XX tuvo lugar un hecho muy relevante para la historia de la moda y para la psicología social de los adolescentes. El progresivo bienestar económico lanzó la anteriormente aludida moda para adolescentes. Los dueños del mercado descubrieron en la adolescencia un ámbito especialmente interesante. Los adolescentes eran muchos, crecían en número y disponían progresivamente de mayores recursos económicos, convirtiéndose cada vez más en consumidores. En los países de habla inglesa empezó a divulgarse el término *teenagers* para denominar a los adolescentes, un término de significado más amplio que los tradicionales *girls* y *boys.* De hecho, los *teenagers* eran un nuevo mercado creado por una serie de influencias procedentes de películas, televisión, revistas y música rock. Los *teenagers* constituían (constituyen) una subcultura asociada preferentemente, aunque no sólo, a una forma de vestir y, por tanto, de presentar su cuerpo.

Hasta los años cincuenta los mensajes de la moda iban dirigidos preferentemente a las mujeres de 30 a 50 años. Poco a poco los adolescentes fueron ocupando una gran parte de su lugar. Hasta ese momento, las chicas de 17 y 18 años vestían como sus madres, y deseaban hacerlo así. Más adelante, la moda adolescente, una vez establecida, tentaba ya a mujeres jóvenes. Los adolescentes y «su moda» fueron alejándose de los rígidos controles de los cuarenta acercándose velozmente a la flexibilidad hedonista de los sesenta, momento este en que los movimientos juveniles influyeron tanto en la moda como en los estilos de vida. Porque se trataba (y se trata hoy) de todo un estilo de vida. Esta auténtica subcultura incluye tanto los peculiares estilos del vestir que ya hemos referido como cortes de pelo, tipos de música, bares de encuentro, discotecas, medios de

transporte... La eclosión y difusión de este conjunto de usos y costumbres dio lugar a un notable distanciamiento entre la generación adolescente y la de sus padres. La dramática influencia del grupo coetáneo sobre el adolescente que se constata en nuestros días se inició con toda probabilidad en esas circunstancias. Formar parte de esta subcultura, seguir su normativa, otorga sentimientos de identidad y fortalece la autoestima.

Las revistas dedicadas a mujeres adolescentes y jóvenes han proliferado en las últimas décadas del siglo XX. Se trata de instrumentos extraordinariamente importantes para crear, mantener, representar y fomentar valores, usos y conductas propios de nuestra cultura adolescente-juvenil. Es sabido que estas publicaciones son miradas y leídas por muchachas de edades inferiores a las que constituían el objetivo inicial de los editores, funcionando así como un sutil procedimiento para adelantar la «maduración» sociocultural de muchas niñas. En estas revistas las adolescentes de corta edad buscan orientaciones sobre los chicos, sobre cómo conseguir aprobación de amigos y amigas, y sobre la feminidad. Desde finales del siglo XX las revistas juveniles están contribuyendo a la socialización de las chicas, aleccionándolas sobre cómo atraer a los varones y preparándolas (?) de algún modo para un posible emparejamiento o matrimonio. Sin olvidar, claro está, el ineludible cultivo de los intereses comerciales de estas revistas puesto que alrededor del 70 por 100 de sus páginas se dedican a publicidad [20].

Por obra de sus múltiples y sesgados mensajes estas publicaciones son consideradas como poderosos instrumentos para conseguir la interiorización de los ideales femeninos convencionales en las mentes de sus lectoras. Estudiosos del fenómeno señalan que la relevancia de tales revistas radica en presentar a las muchachas unas feminidades dañinas, idealizadas e inalcanzables, sobre todo por medio de imágenes sumamente manipuladas y de anuncios comerciales [20]. Los aludes de fotografías sofisticadamente *glamourizadas* y de publicidad muy dirigida tienden a imponer a las muchachas unas normas de perfección estética peligrosas e imposibles de seguir; es decir, promueven directa e indirectamente insatisfacción corporal con todas las consecuencias negativas que de ello se derivan. (Más adelante se analiza con cierta extensión la influencia de los medios de comunicación en la actitud ante su cuerpo de los/las adolescentes.)

La mayor parte de nuestras adolescentes se sienten continuamente sometidas al escrutinio de su apariencia por parte de quienes las rodean. Las miradas de compañeros y amigos, las de otras chicas, de dependientas de tiendas de ropa, de profesores y familiares, todas convergen en ellas y se suman a las que, interiorizada la preocupación, ellas mismas se dirigen. Este autoescrutinio las conduce a preguntarse de continuo si están suficientemente delgadas, suficientemente guapas, suficientemente bien vestidas, suficientemente *sexys,* suficientemente inteligentes...

> «Las chicas patrullan las fronteras de sus propios cuerpos anticipando el juicio de los otros. Así las chicas viven en un perpetuo *panopticon* donde son observadas, si no por otros, por ellas mismas como una forma de autorregulación y control que puede experimentarse como una prisión autoimpuesta [21].»

Todos estos fenómenos siguen produciéndose hoy, igual que en la segunda mitad del

siglo XX, bajo la persistente influencia del ideal corporal delgado (femenino). De ella no escapan las mujeres de ninguna edad. Hoy sabemos que no hay diferencias entre las féminas de 4 a 24 años de edad en considerar como atractivos unos cuerpos que son significativamente más delgados que los normales o promedio [22]. Ello indica que el ideal delgado está presente desde la escuela primaria, habiendo sido ya interiorizado a los 4 años de edad, es decir, mucho antes de lo que suele creerse, manteniéndose estable hasta la etapa adulta. Por tanto, es forzoso que impregne todo el desarrollo de la adolescente e influya en la abundantísima insatisfacción corporal de tantas muchachas.

Los riesgos de la delgadez ideal son hoy bien conocidos. Pese a ello los medios de comunicación, la publicidad, el cine, continúan promoviendo el culto a los cuerpos delgados. «Todo el mundo en Hollywood es tan extremadamente delgado que siempre sientes que no eres suficientemente flaca», así se expresaba hace muy poco la popular Scarlett Johansson [23]. Así podrían expresarse muchísimas —¿la mayoría?— adolescentes y jóvenes que tenemos a nuestro alrededor.

Es preciso reconocer que, pese a la difusión del modelo corporal delgado por las distintas clases sociales, sobrepeso y obesidad son más prevalentes en clases bajas que en medias y altas. En el contexto de aceptación generalizada del ideal delgado, cada clase social parece adoptar actitudes y costumbres diferentes relativas al cuerpo. Probablemente en la clase obrera, sobre todo los varones, se tiende a desarrollar una relación con el cuerpo más bien instrumental, funcional, mientras en las clases medias y altas esta relación es fundamentalmente estética.

4.2. CUERPO Y VESTIDO MASCULINOS

Los primeros años del siglo XX vieron cómo la vestimenta de los varones sufría modificaciones muy importantes. Los atuendos más popularizados incluían sombrero de paja, americanas entalladas, pantalones estrechos con el dobladillo vuelto, cuellos duros y muy altos... En los años veinte los bañadores también sufrieron modificaciones significativas. Hasta entonces los varones utilizaban el traje de baño de una sola pieza, el maillot, o pantalón y camiseta. A partir de esa década algunos ya se atrevían a prescindir de la parte superior, la camiseta, y mostraban el torso desnudo, aunque esta práctica sólo se aceptaba en playas familiares. La implantación del *topless* masculino, suprimiendo la parte superior del traje de baño o la camiseta, se fue imponiendo a partir de los años treinta bajo la probable influencia de la difusión relativa del nudismo y del éxito y aceptación popular de personajes cinematográficos como Tarzán y su limitado taparrabos. Sin embargo, en las cuestiones que aquí nos ocupan los cambios más significativos sobrevinieron en la actitud ante el cuerpo.

En los albores del siglo XX ya pudo constatarse un progresivo incremento de la preocupación de los varones por su apariencia física, por conseguir un cuerpo más *masculinamente bello.* Afectando, por supuesto, a varones de clase alta y media alta, este fenómeno probablemente prologaba la actual persecución de un cuerpo musculoso. Estudiosos del tema han subrayado la posible relación existente entre este hecho y el progresivo incremento de libertad y poder social de la mujer merced a la acción de los movimientos feministas y los consiguientes cambios socioculturales que tuvieron lugar en esa misma época. Han sugerido que la pérdida de poder del varón, su consiguiente inseguridad, le llevaba a subrayar su masculinidad anatómica, aquella que le había dado poder ancestralmente.

> «Creemos que el cuerpo musculoso es el ideal porque está íntimamente vinculado a concepciones culturales de la masculinidad y al papel sexual viril, que prescribe que los hombres sean poderosos, fuertes, eficaces, incluso dominadores y destructivos... Un físico musculoso puede servir como una encarnación de estas características personales» [24].

Aunque esta explicación sea especulativa, posiblemente convenga tenerla en cuenta. Desde nuestra perspectiva del siglo XXI, las cosas suceden como si la hipótesis se confirmara, por lo menos en el mundo occidental desarrollado: nunca la mujer ha conseguido tanto poder social como ahora (aunque todavía perduren limitaciones e insuficiencias) y nunca el modelo estético corporal masculino parece haber sido tan musculoso.

El cuerpo masculino ideal establecido en las últimas décadas es mesomorfo. Se caracteriza por una musculatura bien desarrollada en pecho, brazos y hombros, así como por cintura y caderas estrechas. Este prototipo se asocia a ser fuerte, feliz, protector y bravío [25]. Como hemos apuntado, se vincula ineludiblemente al estereotipo cultural de virilidad vigente en nuestra cultura tradicional, un estereotipo hecho de poder, fuerza y agresividad...

Antes del XIX, los artistas, cuando representaban el desnudo humano, lo hacían dedicándose mayoritariamente al cuerpo varonil. La escultura griega clásica, el *David* de Miguel Ángel, el *San Sebastián* de Botticelli o las *Dos figuras desnudas* de Signorelli son algunos de los más famosos ejemplos de esta orientación. Pero a mediados de ese siglo artistas como Courbet empezaron a inclinarse por reproducir el cuerpo femenino como sujeto erótico. Desde entonces hasta los alrededores de 1980 raras veces el cuerpo masculino fue idealizado por los artistas de la época, excepto en fotografías y pinturas destinadas a la población homosexual. Sin embargo, unas décadas antes se produjo una notable excepción. En 1936 Alemania organizó los Juegos Olímpicos de Berlín. Basándose en modelos griegos, la propaganda nazi difundió en carteles y fotografías el cuerpo teutón ideal, muy musculoso y entregado a la práctica del deporte. Esas imágenes dieron pie en los años cuarenta a la aparición de revistas «para hombres» especializadas en el «desarrollo» del cuerpo [14].

Más adelante, durante los cincuenta, las imágenes de ídolos hollywoodenses como

Rock Hudson, Kirk Douglas o James Dean fueron profusamente reproducidas, presentándolos semivestidos, con sus torsos bien descubiertos y en actitudes manifiesta o encubiertamente eróticas. Es evidente que tales imágenes iban destinadas a un público femenino, pero daban cuenta del ideal corporal masculino vigente y, por tanto, deseable de alcanzar por parte de los adolescentes. En esos días las playas y piscinas ya acogían a los varones con el torso desnudo. Pero el eslip seguía prohibido, por ejemplo, en España, lo que facilitó la difusión de pantalones cortos incluyendo los famosos *Meybas.*

En la década de los ochenta, las imágenes de varones desnudos o semidesnudos se hicieron habituales en los medios de comunicación occidentales. El cuerpo masculino empezó a perder así las connotaciones homoeróticas que se le venían atribuyendo desde mucho tiempo atrás. Esta exposición pública iconográfica del cuerpo masculino ha ido desarrollándose a gran velocidad. Hoy está demostrado que el torso, musculoso, por supuesto, de un varón puede vender ya la mayor parte de los productos que abastecen el mercado, al igual que puede hacerlo una imagen (ideal) femenina. En estas últimas décadas se han iniciado y difundido abiertamente los espectáculos y actuaciones de *strippers* masculinos. El cuerpo masculino desnudo o semidesnudo cada vez está más presente en nuestras calles y nuestras casas; basta ver una parte de la publicidad que inunda prensa, televisión y vallas publicitarias. Durante la última generación, la publicidad ha incrementado significativamente el número de varones desnudos o semidesnudos utilizados en sus anuncios, mientras mantenía invariable la proporción de mujeres desprovistas de ropa. He aquí una constatación: analizando dos revistas, *Cosmopolitan* y *Glamour,* se ha hallado que en los últimos treinta a cuarenta años la proporción de mujeres que aparecían sin ropa permanecía estabilizada alrededor del 20 por 100. Por el contrario, la proporción de varones desvestidos había pasado de 3 por 100 en los años cincuenta a 35 por 100 en los noventa [26].

Esta progresiva y reciente erotización del cuerpo masculino, potenciada por la publicidad, ha resultado muy facilitada por la promoción de ropa interior para varones. En 1982 vio la luz pública una campaña publicitaria de Calvin Klein cuyos anuncios mostraban hombres bronceados, musculosos, con calzoncillos muy ceñidos y sugerentes o con *boxers.* Posiblemente éste fuera el inicio de la erotización paralela de estas prendas masculinas, lo que también ha ocurrido con camisetas o con vaqueros. La erotización se multiplica cuando, como es frecuente, esos varones fuertes y jóvenes que muestran sus músculos y atributos son fotografiados junto a mujeres jóvenes, sugerentes, pero entregadas y bien dispuestas...

La aparición de actores (?) como Stallone, Schwarzenegger o Van Damme supuso una vuelta de tuerca en el sentido de una mayor musculación del cuerpo masculino ideal. Durante la década de los noventa hicieron su aparición revistas dedicadas a los varones en las que se incluía tanto ropa masculina como cuerpos considerados imitables por modélicos. Junto a ellas empezaron a proliferar otras publicaciones dedicadas prácticamente en exclusiva al cuidado y promoción de la estética corporal masculina,

concretada en musculación y estar en forma. El ejemplo más ilustrativo es la revista *Men's Health.* En Estados Unidos sus ventas pasaron de 250.000 ejemplares en 1990 a 1.500.000 en 1997; es decir, se sextuplicaron en siete años. Su versión española, de creciente difusión, en 2010 tenía registrada una tirada de más de 86.000 ejemplares. Entre unas cosas y otras, los finales del siglo XX marcaron un incremento definitivo en la preocupación estética de los varones por su cuerpo, por su apariencia física. Esa preocupación es, pues, la que perciben e interiorizan los adolescentes de la época.

Son aleccionadores los cambios experimentados por el volumen, la silueta, del cuerpo masculino considerado modélico o ideal. Evaluadas las características corporales de los varones que aparecían en las páginas centrales de *Playgirl,* se ha hallado que en 20 años, entre 1970 y 1990, había tenido lugar una reducción media de 5,5 kilos de tejido graso y un incremento aproximado de 12,2 kilos de tejido muscular [27]. (En 20 años las modelos de las páginas centrales de *Playboy* habían perdido entre 2,7 y 3,3 kilos de peso...)

Estos cambios coinciden con modificaciones significativas en la cantidad de varones que por estas mismas fechas se sentían insatisfechos con su cuerpo. Comparando datos de 1970 y de 1986, se constata que los insatisfechos por su apariencia física general pasaron del 15 por 100 al 34 por 100; por su peso, del 35 al 41 por 100; por su tono muscular del 25 al 32 por 100; por la parte superior del torso, del 18 al 28 por 100; por la parte media del torso, del 36 al 50 por 100; y por la parte inferior del torso, del 12 al 21 por 100 [28, 29]. A medida que han ido acercándose al momento actual los varones han ido sintiéndose cada vez más preocupados por su estética corporal. Hoy, cuando se les pregunta por partes concretas del cuerpo, las que menos les satisfacen son los bíceps, seguidos de la anchura de hombros y el volumen del tórax.

Llevamos muchos años señalando cómo los medios de comunicación han desempeñado y desempeñan un papel primordial en la promoción de insatisfacción corporal en las mujeres. Ya es hora de que seamos conscientes de que algo muy parecido está sucediendo a los varones. Pope et al., en su denuncia de este problema, aluden a lo manifestado por un ejecutivo publicitario al considerar que el torso varonil reina en la publicidad por ser la «imagen transversal» más potente [26]. Esa transversalidad supone que el torso masculino resulta atractivo tanto a mujeres como a gays o a varones heterosexuales... Es, pues, absolutamente *modélico.* En realidad se ha producido un trasvase desde la prensa gay hasta muchas revistas generalistas de modelos de cuerpo masculinos, con los problemas consiguientes para algunos editores. Esta disponibilidad visual de cuerpos y poses masculinos ha suscitado que los varones se vean a sí mismos y a otros hombres con ojos y criterios diferentes, estando más pendientes que antes de su apariencia física y de sus formas de vestir [14].

A igualdad de condiciones sociodemográficas, los varones actuales se sienten más satisfechos con sus cuerpos que las mujeres. Sin embargo, esta menor insatisfacción corporal se constata al mismo tiempo que un evidente crecimiento progresivo del número

de los que se sienten insatisfechos. Esta insatisfacción, vivida en la búsqueda de un supuesto cuerpo ideal, es mucho más aparente en adolescentes y jóvenes que en hombres maduros, aunque éstos no se sitúan al margen de la tendencia general. El hombre medio actual recibe y percibe la presión más o menos difusa de las mujeres para que disponga de un físico musculoso y más bien delgado (sin adiposidad). En este contexto valorativo, el tórax masculino tiene un papel especial. Las mujeres tienden a asociar un torso masculino voluminoso a calificativos como: asertivo, deportista, sexualmente activo, seguro de sí mismo y popular [30]. Por supuesto, la mayoría de los varones creen que su torso no corresponde al ideal. Pese a todo ello, como hemos apuntado, su insatisfacción corporal es inferior a la femenina, probablemente porque nuestra cultura valora en el varón una serie de atributos distintos del atractivo físico que no valora igual en la mujer.

* * *

Todos, varones o mujeres, poseemos cuerpos cuya apariencia está regulada, controlada, normativizada y condicionada por unos patrones genéricos claramente diferenciados y diferenciadores, que tienden a ser más discriminatorios para las mujeres, siendo varias las instituciones sociales que, para conseguirlo, ejercen su influencia a gran escala: publicidad, moda del vestir, medios de comunicación, deporte, medicina... [31]. Cierto es que los cuerpos mediáticos y publicitarios no suelen ser los corrientes en la vida cotidiana. Por algo son *cuerpos ideales* (?). Los actuales no sólo promocionan determinadas medidas y volúmenes, también encarnan características como juventud, belleza, sensación de higiene, seducción, aire deportivo... [32]. Cada uno de estos rasgos, mejor dicho, su conjunto, hace atractivos —y, por tanto, envidiables— esos cuerpos que tan a menudo nos son mostrados.

En líneas generales, el cuerpo femenino ha estado asociado a belleza y el masculino a fuerza. Estas asociaciones se mantienen con todo vigor en nuestro siglo XXI, pero con un cambio muy importante: el cuerpo del varón cada vez es objeto de mayor atención estética. Son muchos los hombres actuales, y no sólo jovencitos, que, junto a los procedimientos para conseguir desarrollar sus músculos, se depilan, se maquillan, se broncean, se tiñen o se someten a cirugía estética. Pese a estos cambios, sigue siendo mucho más potente la presión que sufren las mujeres para seguir los dictados de los cánones estéticos. Algo parecido ha sucedido con la sexualización del cuerpo. El cuerpo femenino, su exposición pública, sus actitudes y movimientos han tendido a constituirlo en objeto de deseo. El varón era el sujeto de tal deseo, el receptor de la sexualización de la mujer. En la actualidad las cosas ya no son exactamente así. El cuerpo del varón se presenta cada vez más erotizado, es cada vez más objeto.

En el caso de la mujer, la insatisfacción corporal y la interiorización del ideal delgado

occidental afectan a la percepción de las normas e ideales concernientes al cuerpo. Se ha comprobado que cuanto más insatisfecha está una mujer con su cuerpo, tanto más delgado es el cuerpo que considera ideal y más delgados son los cuerpos que juzga normales. Es un fenómeno que complementa al ya consabido: cuanto más interiorizado tiene el ideal delgado occidental tanto más delgado es el cuerpo que considera ideal. Experimentalmente se ha comprobado que someterse a breves exposiciones a cuerpos delgados determina considerar más delgados que antes tanto el cuerpo ideal como el normal. Lo contrario ocurre cuando las mujeres son enfrentadas a imágenes de cuerpos gordos [33].

En la cultura consumista que vivimos quienes pueden conseguir que su cuerpo se acerque a la imagen idealizada de juventud, salud, estar en forma y belleza ostentan un mayor valor de intercambio económico que quienes no pueden, o no quieren, alcanzar tal imagen [34]. Al igual que nuestros automóviles, nuestros cuerpos, para mejorar o mantener al máximo su eficiencia, requieren revisiones, cuidados regulares y gran atención. Muchos sufren por no poseer un coche mejor que el que tienen, viviendo en la envidia del que sí tiene un amigo o el vecino de enfrente. Del mismo modo, aun contando con un cuerpo normal, muchos, sobre todo muchas, viven amargados suspirando por el cuerpo que no tienen y otros u otras sí.

Para cerrar este apartado permita el lector que volvamos a recordar uno de los *leitmotiv* de este libro: la estrecha relación, la persistente interacción existente entre vestido y cuerpo. Un estudio no publicado, realizado por la Fundación IMA en una muestra de unos 2.000 estudiantes catalanes de ambos sexos de 12 a 21 años de edad, ilustra un importante aspecto de esta relación. Es bien sabido que muchas de las tallas que constan en las prendas de vestir no corresponden a las medidas corporales a las que supuestamente se refieren. Preguntados aquellos estudiantes por los sentimientos que en ellos despierta el hecho de no encontrar la talla que creían que era la suya, el 56 por 100 responde que se sienten más tristes, gordos, molestos, culpables... De éstos, más del 60 por 100 indica que esos sentimientos afectan a su conducta alimentaria; es decir, la insatisfacción generada por su cuerpo les lleva a intentar modificarlo. Concretamente, 34 por 100 reducen la cantidad de comida que ingieren; 18 por 100 eliminan de su dieta algunos alimentos; 8 por 100 deciden saltarse algunas de sus comidas, y 2-3 por 100 se provocan vómitos. Además, 33 por 100 hacen más ejercicio para perder peso. ¡Qué importante es el vestido! ¡Qué importante es el cuerpo!

REFERENCIAS

[1] Silverstein, B., Peterson, B. y Purdue, L. (1986). Some correlates of the thin

standard of physical attractiveness of women. *International Journal of Eating Disorders, 5,* 898-905.

[2] Brotons, R. (2011). *L'increible vestit minvant.* Barcelona: Albertí.

[3] Weston, P. (2009). *C20th fashion history.* http://www.fashion-era.com.

[4] Morales, M. L. (1947). *La moda. El traje y las costumbres en la primera mitad del siglo XX.* Barcelona: Salvat.

[5] Mazur, A. (1986). U.S. trends in feminine beauty and overadaptation. *Journal of Sex Research, 22,* 281-303.

[6] Fallon, A. (1990). Culture in the mirror: sociocultural determinants of body image. En T. F. Cash y T. Pruzinsky (dirs.): *Body images: development, deviance and change.* Nueva York: Guilford, pp. 80-109.

[7] Von Boehn, M. (1944). *La moda: historia del traje en Europa desde los orígenes del cristianismo hasta nuestros días.* Barcelona: Salvat.

[8] Stewart, M. L. y Janovicek, N. (2001). Slimming the female body?: re-evaluating dress, corsets, and physical culture in France, 1890s-1930s. *Fashion Theory: The Journal of Dress, Body and Culture, 5,* 173-193.

[9] Brumberg, J. J. (1997). *The body project. An intimate history of American girls.* Nueva York: Vintage.

[10] Peril, L. (2008b). Lipstick and lip gloss. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 2. Westport: Greenwood Press, pp. 395-397.

[11] Andreu, M. (2012). La perla del Mediterrani. *Quadern, El País, 1.044,* 1-3.

[12] Peril, L. (2008a). Bikini. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 182-183.

[13] Browunmiller, S. (1984). *Feminity.* Nueva York: Linden Press.

[14] Grogan, S. (1999). *Body image.* Londres: Routledge.

[15] Sypeck, M. F., Gray, J. J. y Ahrens, A. H. (2004). No longer just a pretty face: fashion magazines' depictions of ideal female beauty from 1959 to 1999. *International Journal of Eating Disorders, 36,* 342-347.

[16] Rastmanesh, R., Gluck, M. C. y Shadman, Z. (2009). Comparison of body dissatisfaction and cosmetic rhinoplasty with levels of veil practicing in Islamic women. *International Journal of Eating Disorders, 42,* 339-345.

[17] Nobakht, M. y Dezhkam, M. (2000). An epidemiological study of eating disorders in Iran. *International Journal of Eating Disorders, 28,* 265-271.

[18] López-Guimerá, G., Fauquet, J., Portell, M. et al. (2008). Dieting in Spanish adolescent girls. *European Eating Disorders Review, 16,* 234-240.

[19] Toro, J., Gómez-Peresmitré, G., Sentís, J. et al. (2006). Eating disorders and body image in Spanish and Mexican female adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 41,* 556-565.

[20] Malik, F. (2008). Magazines. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 2. Westport: Greenwood Press, pp. 414-418.

[21] Pomerantz, S. (2008). Style and girl culture. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 64-72.

[22] Brown, F. J. y Slaughter, V. (2011). Normal body, beautiful body: discrepant perceptions reveal a pervasive «thin ideal» from childhood to adulthood. *Body Image, 8,* 119-125.

[23] Lorente, C. (2011). Guapas con kilos. *Tiempo, 1545,* 69-71.

[24] Mishkind, M. E., Rodin, M. E., Silberstein, L. R. y Striegel-Moore (1986). The embodiment of masculinity: cultural, psychological and behavioural dimensions. *American Behavioral Science, 29,* 545-562.

[25] Kirkpatrick, S. W. y Sanders, D. M. (1978). Bridging social psychology and socio-biology: the case of sexual attraction. En R. W. Bell y N. J. Bell (dirs.): *The biology of human starvation.* Minneapolis: University of Minnesota Press.

[26] Pope, H. G., Phillips, K. A. y Olivardia, R. (2000a). *The Adonis complex. The secret crisis of male body obsession.* Nueva York: Free Press.

[27] Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B. et al. (2000b). Body image perception among men in three countries. *American Journal of Psychiatry, 157,* 1297-1301.

[28] Berscheid, E., Walster, E. y Bornstedt, G. (1973). The happy American body: a survey report. *Psychology Today, 7,* 119-131.

[29] Cash, T., Winstead, B. y Janda, L. (1986). The great American shape-up: body image report. *Psychology Today, 20,* 30-37.

[30] Thompson, J. K. y Tantleff, S. (1992). Female and male ratings of upper torso: actual, ideal, and stereotypical conceptions. *Journal of Social Behavior and Personality, 7,* 521-526.

[31] Esteban, M. L. (2004). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio.* Barcelona: Bellaterra.

[32] Le Breton, D. (1990). *Anthropologie du corps et modernité.* París: PUF.

[33] Glauert, R., Rhodes, G., Byrne, S. et al. (2009). Body dissatisfaction and the effects of perceptual exposure on body norms and ideals. *International Journal of Eating Disorders, 42,* 443-452.

[34] Featherstone, M. (1991). The body in a consumer society. En M. Featherstone, M. Hepworth y B. Turner (dirs.): *The body: social process and cultural theory.* Londres: Sage.

5. La muchacha adolescente de hoy ante su cuerpo

En el capítulo anterior se ha intentado dibujar el conjunto de circunstancias que en rapidísima evolución han dado lugar al sistema de valores, creencias y costumbres referidos al vestido, la estética corporal y la exposición social del cuerpo, que, interiorizado, ha determinado la índole de la percepción y actitudes que nuestras adolescentes tienen acerca de su apariencia física. La preocupación por la apariencia física, por la estética corporal, probablemente sea la característica que más homogeneiza a las muchachas adolescentes del mundo desarrollado. Nuestras jóvenes, mientras reciben mensajes que promueven su rápida y completa independencia, creyendo que la consiguen se mantienen dominadas por las normas estéticas que rigen la percepción y valoración de sus cuerpos.

La sacralización colectiva de una bien definida estética corporal ha dado lugar, por ejemplo, a que sean muchas las niñas que desean convertirse algún día en modelos de pasarela, mientras la mayor parte de sus madres, y, por supuesto, de sus abuelas, a su edad aspiraban a ser madres, amas de casa, enfermeras, maestras...

¿Cómo perciben y valoran su cuerpo las adolescentes españolas del siglo XXI? He aquí algunos datos de un estudio realizado en 2006 [1]. La mitad de ellas reconocen estar frecuentemente preocupadas por su cuerpo o por su peso. También la mitad temen aumentar de peso aunque otras personas consideren que están muy delgadas. El 45 por 100 se sienten gordas y alrededor del 65 por 100 desean ser más delgadas. Un 23 por 100 se pesan 2-3 veces por semana y otro 15 por 100 lo hace cada día.

5.1. ANTECEDENTES INMEDIATOS: EL INICIO DE LA PUBERTAD

En los últimos cien años, la edad media de la menarquia en Norteamérica, Europa o Japón ha pasado de los 15-17 años a los 12-13 años [2]. En las niñas americanas, tan sólo en el transcurso de las dos últimas décadas del siglo XX, el inicio del desarrollo del pecho pasó de los 11 años a los 9-10 [3]. Más recientemente, en niñas europeas se ha observado que entre 1991 y 2006 el desarrollo del pecho ha pasado de iniciarse a los 10,88 años a los 9,86 años [4].

Los cambios corporales propios de la pubertad probablemente han inquietado a las adolescentes de todas las épocas. Se cuenta, por ejemplo, que la reina Victoria de Inglaterra, antes de serlo, inició su pubertad a los 15-16 años. Corría 1830 y Victoria estaba en la edad en que, como hemos apuntado, desarrollaban la menarquia la mayoría de las muchachas. Cuando cumplió los 18 años no se recató en manifestar el disgusto que le producía su apariencia física. Rechazaba su cabello al que consideraba demasiado oscuro; estimaba que sus manos eran feas, y le disgustaban sus cejas hasta el punto de que pensó afeitarlas para estimular su crecimiento. Intentaba ocultar los dedos de sus manos mediante anillos, pero éstos le impedían llevar los guantes que el protocolo le obligaba a usar [5]. La futura reina sufría las consecuencias de percibir y juzgar su apariencia física como hacen una gran parte de las adolescentes. Pero lo hacía refiriendo su insatisfacción corporal a aquellas partes de su cuerpo que estaban sometidas a escrutinio público: cabello, rostro y manos. Lo propio de su época.

Nuestras adolescentes experimentan los cambios puberales cuatro o cinco años antes que la reina Victoria y sus coetáneas, pero estando sometido a atención pública prácticamente todo su cuerpo. Además, y es lo más importante, estos cuatro o cinco años de diferencia implican que las muchachas de hace cien o ciento cincuenta años al iniciar su pubertad contaban con cuatro o cinco años más de experiencia que sus congéneres actuales. Y no sólo eso: a los 10-11 años nuestras púberes pueden empezar a tener un cuerpo semejante al de quienes tuvieron la menarquia a los 15-16 años hace una o dos centurias. Sin embargo, lo que no tienen igual es su desarrollo neurofisiológico ni el cognitivo, puesto que ambos están más asociados a la edad cronológica que a la maduración puberal [6].

Este conjunto de hechos, junto con los múltiples cambios familiares, sociales y culturales sobrevenidos en las últimas décadas, han determinado que la actitud ante la apariencia física, ante el cuerpo y cuanto a él se refiere, sea mucho más problemática para la adolescente actual que para la de otras épocas. El culto a la delgadez no es precisamente una ayuda eficaz para que la adolescente, en un momento en que su cuerpo se está redondeando y aumentando de peso, se sienta tranquila y satisfecha. Es muy distinto lo que sucede al adolescente varón medio, puesto que sus cambios corporales, más alto, más ancho, más fuerte, más veloz, son valorados muy positivamente por la sociedad en que vive.

En el siglo XIX las preocupaciones fundamentales, íntimas, de la mayoría de las chicas adolescentes eran mucho más de carácter *espiritual* que de índole física, corporal. Decoro, pudor, recato, eran otras tantas descripciones de la actitud y conducta en relación con el cuerpo que se esperaban de una adolescente. Ello no significaba que no debiera preocuparse por el aspecto (y el tamaño) de sus pies, sus manos o incluso de su cintura. Son partes del cuerpo que no debían ser demasiado grandes ni demasiado robustas. Sin embargo, se trataba de preocupaciones casi exclusivas de las clases sociales media y alta. Pies, manos y cintura de volumen «excesivo» eran propios de clases bajas

y, por tanto, mal vistos por la sociedad burguesa.

Antes de la Primera Guerra Mundial, las adolescentes raramente hablaban de su cuerpo y mucho menos de procedimientos para mejorarlo. La identificación del cuerpo con la identidad personal era más bien escasa. A partir de esa época las cosas fueron cambiando incluso aceleradamente. En la actualidad, la mayor parte de las (y los) adolescentes consideran su cuerpo como una manifestación fundamental, sustantiva, de su identidad personal. Considérese que las jovencitas del siglo XIX e inicios del XX, sobre todo las de origen burgués, estaban sometidas a muy potentes presiones y coacciones relativas a su cuerpo, a sus relaciones interpersonales, a su sexualidad, etc. Pudor, obediencia, pureza, pecado, Dios, eran valores sociales muy arraigados en las sociedades de la época, profundamente interiorizados en las mentes de las muchachas. Es obvio que esos valores las presionaban y coaccionaban. Pero probablemente no más que sus sustitutos actuales: delgadez, estar en forma, atractivo físico y sexual, etc. Las costumbres han cambiado, los valores han cambiado, las normas han cambiado... Lo que no ha cambiado son los cuerpos. Estructuralmente y funcionalmente son iguales ahora que hace cien años (la excepción es el aumento de altura). Lo que ha cambiado es el interés por modificarlos y la estrechísima identificación del yo con la apariencia física.

Durante el siglo XIX y la mayor parte del XX la menstruación, especialmente la de las muchachas, ha constituido un tema tabú. Las adolescentes aprendían que se trataba de un fenómeno orgánico del que no se podía hablar con un mínimo de libertad. Menstruar era un hecho que debía mantenerse oculto; cuando más podía y debía ser conocido por la madre (no por el padre). «Tener la regla», «tener la menstruación» o incluso el más sofisticado «tener el período» eran expresiones sistemáticamente ausentes del lenguaje de adolescentes y jovencitas. Cuando debían hacer alguna alusión a tal acontecimiento utilizaban los más peregrinos eufemismos. ¿Por qué esa oscurantista ocultación de la realidad? Debía influir el carácter orgánico, no higiénico, antiestético de la hemorragia menstrual. Pero sin duda era determinante lo que este evento implicaba y simbolizaba: la niña dejaba de serlo, su cuerpo era de mujer, ya capaz de concebir y, en consecuencia, capaz de sentir y practicar su sexualidad. El puritanismo intervenía y su censura sancionaba hasta el lenguaje. Llegada la adolescencia de la hija, la familia (burguesa) media en realidad estaba mucho más preocupada por el cuerpo y riesgos sexuales de la adolescente que por sus sentimientos y emociones.

Con frecuencia prohibiciones y controles se establecían de manera subrepticia, utilizando medias palabras, casi misteriosamente, lo que potenciaba el carácter ansiógeno de unas normas nunca bien explicitadas. A las inhibiciones exigidas por las normas sociales se sumaban las consecuencias de malentendidos y supersticiones relacionadas con la salud. Una adolescente en período menstrual no podía hacer ejercicio físico, no podía bañarse, etc. Con frecuencia estas prohibiciones «médicas» las obligaban a excusar ante amigas y amigos su ausencia de citas y actividades previamente programadas arguyendo malestares y trastornos que nada tuvieran que ver con la menstruación.

A mediados del siglo XX estas concepciones iniciaron una notable evolución. En la época victoriana la menstruación estaba indisolublemente asociada a la reproducción. En los últimos cincuenta años ha ido quedando bien establecido que se trata de un fenómeno que concierne fundamentalmente al cuerpo externo y, como tal, debe ser sometido a las reglas de la higiene. Antes, la información sobre la menstruación se transmitía de madres a hijas. Fundamentalmente consistía en cómo mantener oculto el ciclo menstrual y cómo impedir cualquier alusión al mismo especialmente ante varones. Las adolescentes de hoy más bien se ríen de estos mitos y prevenciones. Su información, a veces sesgada, procede esencialmente del grupo de amigas, de Internet y de revistas juveniles. Muchas pueden discutir tranquilamente de estos temas con sus madres, con una profesora de confianza o con su hermana mayor. Actualmente la menarquia supone el inicio de una nueva etapa en la que hacen su aparición en escena ciertos productos sanitarios, nuevos vestidos y probablemente algunos cosméticos. La publicidad de productos de higiene sanitaria, muy abundante en nuestros días, ha contribuido notablemente no sólo a la difusión de tales productos, sino también a la desmitificación y «naturalización» de la menstruación.

El caso es que las niñas actuales inician su adolescencia (menarquia) bastante tiempo antes que en otras épocas. Es una consecuencia de las mejoras progresivas en alimentación, supresión de enfermedades infecciosas, actividad física regulada, etc., que han ido lográndose en el mundo desarrollado económicamente. En consecuencia, nuestras (y nuestros) adolescentes son cada vez más altas, más robustas, con depósitos de grasa proporcionados a su talla y anchura. Se trata de un tejido graso necesario para muchas funciones, incluyendo en primer lugar el mantenimiento de ciclos menstruales regulares. Así pues, en la actualidad se desarrolla la capacidad reproductiva a edades significativamente inferiores que en épocas pasadas. Hoy la mayoría de nuestras adolescentes inician sus relaciones sexuales alrededor de los 15 años de edad, hecho este contemplado cada vez con más naturalidad y tolerancia por la sociedad adulta. Nada parecido a lo que ocurría hace cincuenta o cien años, cuando el objetivo más interiorizado de muchachas adolescentes y jóvenes, seguido al pie de la letra por una apabullante mayoría, era llegar vírgenes a su matrimonio. Como este matrimonio, aun celebrándose más tempranamente que en la actualidad, no tenía lugar inmediatamente después de la menarquia, las adolescentes de esas épocas pasaban largo tiempo con sus hormonas activadas pero sin *poder* tener relaciones sexuales. Para conseguirlo la sociedad debía multiplicar presiones y coacciones de todo orden dirigidas a controlar su sexualidad.

5.2. EL MOMENTO ACTUAL

Confía el autor en que a lo largo de las páginas precedentes haya quedado bien establecido algo que, por otro lado, es de dominio público: nuestras adolescentes han nacido y se han desarrollado en una cultura en la que el culto a la apariencia física, la necesidad de adecuarse al ideal de delgadez, la manifiesta exposición social del cuerpo y la identificación del yo con aquella apariencia han determinado conjuntamente una muy difundida insatisfacción corporal y la práctica de muy frecuentes conductas de riesgo en una búsqueda utópica de objetivos inalcanzables para la mayoría.

Las consecuencias más evidentes de todo ello son muchas, desde las dietas hipocalóricas hasta la cirugía estética. En el bien entendido de que muchas adolescentes y jóvenes del siglo XXI que buscan los servicios de la cirugía estética no lo hacen tanto para conseguir «adelgazar» alguna parte de su cuerpo como para aumentar el tamaño de sus pechos, siguiendo las últimas normas de la última moda corporal. En todo el mundo occidental está aumentando significativamente el número de muchachas menores de 18 años sometidas a este género de intervención.

En estos inicios del siglo XXI parece haberse producido una *hipersexualización* de la vestimenta de las adolescentes: vaqueros de cintura tan baja que permiten contemplar las braguitas, micro-minifaldas, *tops* descubridores del abdomen, faldas con aberturas, escotados muy pronunciados y sostenes muy reveladores... Así, la aceptación social que se pretende a través del vestido suele potenciarse mediante esos conatos de atractivo sexual, destinados, claro está, a los coetáneos del otro sexo. En la actualidad la publicidad y los medios de comunicación dirigidos a las adolescentes las animan para que usen lencería adulta inmediatamente después (o incluso antes) de que sus pechos se desarrollen, matizando así sexualmente su cuerpo. Los intereses comerciales de la trastienda son evidentes. Las adolescentes de hoy viven, pues, sometidas a una doble presión ejercida sobre su silueta: por un lado, han de ser delgadas; por otro, han de ostentar un busto de volumen evidente puesto que centra su atractivo sociosexual.

El vestido de la adolescente reviste una importancia especial en la formación de su autoimagen y su autoestima. Las chicas saben, lo han aprendido, que la observación crítica de su cuerpo vestido es un hecho normal en la femineidad actual. En consecuencia, pueden pasar muchas horas cultivando, renovando y/o reinventando su imagen. La moda actual les influye y les otorga mil y una opciones que, por otro lado, proliferan y cambian a gran velocidad. La adolescente, al tiempo que sigue esos dictados, lucha por ser auténtica, natural. Junto con la fuerza de la moda planeando prioritariamente sobre su mente, hay otros muchos factores incidiendo sobre ella para, conjuntamente, determinar la selección y elección de su vestimenta: control de los padres, recursos económicos, presiones del grupo coetáneo, influencia de los medios de comunicación, restricciones culturales y religiosas, códigos raciales y étnicos, tipo de cuerpo, homofobia y normativa de género, entre muchos otros [7]. Aquí nos limitaremos a analizar los más relevantes.

Antes, como ilustración, lean algunos comentarios y confesiones de muchachas

americanas adolescentes actuales, seleccionados entre los múltiples testimonios que aparecen en una reciente recopilación [8]. Sus manifestaciones son semejantes a las que pueden recogerse en todo el mundo occidental desarrollado del siglo XXI:

> «En nuestra escuela, ser popular, para una chica, es ser la más guapa, llevar los mejores vestidos y gustar a muchos de los chicos» (Hanna, 13 años).
>
> «La gente siempre se burla de mí porque tengo sobrepeso» (Lisa, 13 años).
>
> «Por disgustada que me sienta, cuando tengo mi bolso Prada, mis zapatos y mi móvil, me siento superior» (Stephanie, 14 años).
>
> «Cuando los chicos vuelven sus cabezas para mirarme, lo hacen porque tengo una cara bonita y soy joven y tengo tipo delgado. Tengo aspecto de Barbie» (Sara, 19 años).
>
> «Britney es un modelo a imitar. Es elegante y tiene movimientos que me gustan. Madonna, Britney, Christina Aguilera, Destiny's Child: son modelos a imitar, lo que hacen y sus movimientos me gustan mucho» (Lily, 6 años).
>
> «Las chicas quieren ser guapas. Quieren estar deslumbrantes. Sobresalir de la masa. Eso es lo que yo hago. La atención forma parte de tu vida. Si no llamas la atención, ¿quién te va a reconocer? ¿Cómo te va a conocer alguien? Necesitas llamar la atención para que la gente sepa quién eres o para que la gente te vea» (Sheena, 15 años).
>
> «Comprar ropa es estresante. Me vuelvo impaciente porque intento acertar en todo. Si la ropa no te va bien, tienes que volver atrás y fijarte en tu tamaño. Eso pasa siempre y es muy cansado. Tengo que dejar el 75 por ciento de los vestidos porque como soy rubia fácilmente me hacen parecer gorda» (Lillian, 18 años).

5.2.1. El desarrollo puberal

La pubertad femenina de siempre, y, por tanto, la actual, determina importantísimos cambios corporales: aumento rápido de la talla, desarrollo de los pechos, ensanchamiento de las caderas, acumulación de tejido adiposo especialmente en abdomen y muslos, etc. La proporción media de tejido graso corporal pasa de 8 por 100 en la infancia a 22 por 100 transcurrida la pubertad. En dos años las chicas experimentan un aumento medio de peso del 40 por 100. El aumento de peso más rápido se produce entre los 7 y 12 meses después de la menarquia.

Envuelta en este torrente de cambios, la adolescente se ve obligada a prestarles atención especial, los constata directamente y ante el espejo, los confirman las nuevas tallas de ropa que ha de utilizar... Quienes la conocen, ahora la miran y hablan de modo distinto al antes usual. Ella compara de continuo su cuerpo cambiante con el de sus compañeras y con el de chicas con las que se cruza por la calle. Una constelación de nuevas experiencias dirige una gran parte de sus pensamientos hacia su cuerpo y su imagen corporal. Llegó en plenitud el tiempo de proceder, a veces velozmente, a la evaluación estética de tal imagen.

A partir de los 9 años, especialmente durante el período comprendido entre los 9 y los 14, nuestra adolescente ya había interiorizado el modelo estético corporal delgado promovido masivamente en la sociedad de finales del siglo XX y albores del XXI. En consecuencia, a esas edades las adolescentes ven nacer y desarrollarse el deseo de ser

más delgadas, lo que puede y suele acompañarse de los consiguientes intentos de perder peso. Ese deseo de delgadez sigue incrementándose hasta la finalización de la adolescencia, aunque con menor intensidad. Precisamente las chicas que experimentan el desarrollo de su tejido adiposo antes que la mayoría de sus compañeras acostumbran a sentirse más insatisfechas por sus cuerpos, pues se perciben distintas y se consideran estéticamente perjudicadas [9]. También se ha observado que las adolescentes de 14-16 años satisfechas de sus cuerpos suelen haber iniciado su pubertad más tarde que las otras chicas, a menudo son más delgadas que sus compañeras durante su desarrollo adolescente, y al alcanzar la juventud acostumbran a sufrir escasos síntomas depresivos y de trastorno alimentario [10]. De hecho, *sentirse* corpulenta al compararse con otras chicas tiene peores consecuencias emocionales y conductuales que *ser* corpulenta [11]. Alrededor de la mitad de las adolescentes comparan sistemáticamente sus cuerpos con los de otras chicas con quienes contactan.

Así pues, los cambios puberales y la edad de inicio de los mismos, vividos en un ambiente enaltecedor de la delgadez, están siendo considerados desde hace tiempo como los ingredientes básicos de la insatisfacción corporal de las adolescentes. Pero estudios recientes han puesto de manifiesto que, a medida que transcurre la adolescencia, son los propios cambios corporales femeninos, y no tanto la edad, ni el conocimiento del modelo estético corporal delgado, lo que constituye el principal factor asociado a insatisfacción corporal y, por ende, al impulso de adelgazar [12]. Este hecho probablemente guarde relación con otra importante observación: el grado de influencia ambiental en la insatisfacción corporal es menor a medida que aumenta la edad, al tiempo que se incrementa la influencia genética [13]. En todo caso está bien establecido que experimentar la menarquia y sufrir el consiguiente aumento de peso dan lugar a un incremento de insatisfacción corporal y, a menudo, a anomalías alimentarias. Alrededor de seis meses después de la menarquia suelen iniciarse atracones, y comportamientos purgativos unos doce meses después [14].

La explicación de cualquier característica humana, incluyendo la personalidad, debe contemplar el efecto de factores genéticos. Cierto que nada es totalmente genético, pero nada es totalmente ambiental, adquirido. Aun resultando sorprendente, sucede que en las mujeres tanto la insatisfacción corporal como el impulso o anhelo de adelgazar cuentan con una importante determinación genética. En ellas la heredabilidad de la insatisfacción corporal es del 59 por 100 y la del impulso para adelgazar se sitúa en 51 por 100. En cambio, en los varones esas heredabilidades son prácticamente nulas; es decir, en ellos la insatisfacción corporal parece estar determinada ambientalmente de modo casi exclusivo [15].

Como la insatisfacción corporal de las adolescentes actuales está asociada a considerarse excesivamente gruesas, lo sean o no, con frecuencia se proponen un peso límite, es decir, un peso que no quieren/deben superar. Se ha comprobado que las muchachas adheridas a un peso límite incurren en más irregularidades alimentarias,

presentan más síntomas de trastorno alimentario, sufren más insatisfacción corporal, tienen peor autoestima, se consideran menos atractivas y se perciben más «gordas» que las adolescentes que no se han fijado un límite de peso (aunque no se diferencien de ellas en IMC) [11].

La relación entre desarrollo puberal e insatisfacción corporal puede estar mediada o potenciada por otro factor, concretamente la experiencia de situaciones estresantes concurrentes. Por ejemplo, los efectos adversos de la pubertad precoz sobre la insatisfacción corporal de las adolescentes se potencian cuando tal pubertad hace su aparición junto con otros estresores vitales, por ejemplo, cambios de centro escolar o de ciclo académico [16]. Este tipo de cambios exigen la integración en un nuevo grupo de coetáneos, al que la adolescente debe adaptarse, esforzándose por ser aceptada, sintiéndose juzgada como persona y, especialmente, por su apariencia física. Además, las situaciones estresantes empeoran el estado de ánimo, y el humor negativo empeora la autoestima, y por ende, la imagen corporal.

¿Cómo perciben y valoran su cuerpo las adolescentes españolas del siglo XXI? Como ilustración, veamos algunos resultados de un estudio reciente realizado en población de muchachas adolescentes barcelonesas de clase media [1]. La mitad de ellas reconocen estar frecuentemente preocupadas por su cuerpo o por su peso. *Muy* preocupadas lo están un tercio. También la mitad temen aumentar de peso aunque otras personas consideren que están muy delgadas. Así pues, en líneas generales, la insatisfacción por la apariencia corporal es prácticamente normativa. Desean adelgazar y pesar menos el 65 por 100, cuando las que tienen sobrepeso no pasan del 8-10 por 100. El 45 por 100 se sienten gordas y alrededor del 65 por 100 desean ser más delgadas. Un 23 por 100 se pesan 2-3 veces por semana y otro 15 por 100 lo hace cada día.

Así pues, la mitad de nuestras adolescentes, sintiéndose insatisfechas por su cuerpo y percibiendo distorsionadamente su silueta, se sienten obligadas a hacer caso omiso de la opinión que su cuerpo merece a otras personas. Sus temores y falsos convencimientos les llevan a actitudes que suelen acabar en mayor o menor infelicidad y con frecuencia a la práctica de conductas de riesgo. Otro estudio, también con adolescentes barcelonesas, ha puesto de manifiesto que la mayoría (53 por 100) se angustian por verse gordas cuando se contemplan en un espejo o en una vitrina comercial circulando por la calle. Y el mismo porcentaje, al llegar el verano, se angustian por tener que llevar vestidos más ligeros y cortos [17, 18].

Se preguntó a la misma población acerca de los cambios que desearían experimentara su cuerpo, concretamente siete partes del mismo [1]. Sus respuestas debían indicar si preferían mantener tal como estaba el volumen de cada una de esas partes, o si, por el contrario, preferían aumentarlo o reducirlo. Sólo dos partes del cuerpo fueron consideradas satisfactorias por la mayoría en sus dimensiones actuales: los brazos y la espalda, aceptados sin cambios por 66 por 100 y 76 por 100, respectivamente, de las adolescentes. La inmensa mayoría, 70 por 100, deseaban reducir su barriga o abdomen,

61 por 100 las caderas, 47 por 100 el trasero, y 66 por 100 los muslos. En cambio, en una aparente paradoja ya comentada con anterioridad, la mayoría, 55 por 100, anhelaba aumentar el volumen de su pecho. El perfil o modelo corporal ideal que se desprende de todo ello es en parte distinto del vigente hace tan sólo un par de décadas. En efecto, como ya se ha expuesto en otros apartados, en los años setenta el cuerpo femenino ideal era el llamado «tubular» o «andrógino», puesto que la delgadez corporal incluía claramente el pecho. A partir de los ochenta y especialmente de los noventa se hizo obligatorio que la delgadez se acompañe de un pecho ostensible. Esta diferenciación entre el pecho y el resto del cuerpo en la práctica supone una notable incoherencia, un absurdo que se manifiesta plenamente cuando las adolescentes intentan seguir procedimientos adelgazantes que, por supuesto, carecen de tal especificidad de acción (y que a veces suele solucionar la silicona).

En este contexto social y cultural conviene subrayar el malestar, con frecuencia dramático, con que viven su situación los (sobre todo «las») adolescentes con sobrepeso y obesos. Su estigmatización social es frecuentísima, casi universal. Constituyen un objeto preferente de acoso escolar. La asociación de gordura con pereza, mezquindad, poca inteligencia y desaliño continúa existiendo y practicándose asiduamente. El/la adolescente con tal cuerpo suele odiarse, en la mayor parte de los casos su autoestima se arrastra por los suelos. Las chicas gorditas viven intensa, y a veces trágicamente, el dilema de cómo exponer su apariencia física en público, cómo vestirse, cómo disimular, cómo conseguir atraer, cómo evitar el aislamiento... Las relaciones románticas suelen brillar por su ausencia en edades en que las demás ya las tienen. Obviamente su vida sexual también discurre con retraso.

Puesto que el sobrepeso tiene un papel importante en la autoimagen o en la imagen social de las (y los) adolescentes, siempre empeorándolas, es oportuno sacar a colación que los adolescentes residentes en barrios deprimidos tienden a tener un índice de masa corporal significativamente superior que el de aquellos que viven en áreas no deprimidas [19]. Es más, a medida que transcurren los años, también incrementan su masa corporal más velozmente. Este hecho se hace mucho más patente en las chicas que en los varones. Así pues, a los efectos negativos de vivir en condiciones carenciales se suma la influencia también negativa de percibir el propio cuerpo.

Demos por sentado que la insatisfacción corporal femenina, y la adolescente en primer lugar, está estrechamente asociada al actual modelo estético corporal delgado. Este modelo corporal no es sino un valor estético y, como tal, cultural, instaurado en la cultura occidental. El ideal delgado flota de continuo en el medio ambiente de nuestras adolescentes. ¿Cómo les llega hasta interiorizarlo? ¿A través de qué agentes sociales? La investigación ha puesto de manifiesto la influencia de algunos de esos agentes en la génesis de la insatisfacción corporal de las adolescentes [20]. He aquí los más importantes:

5.2.2. La familia

Toda familia vive en un determinado contexto sociocultural. Los padres encarnan mayoritariamente los usos, los valores, del país, la clase social, el barrio, de los que forman parte, donde se ubica su hogar. La familia es el más potente transmisor de la ideología y los usos vigentes en su comunidad. Los hijos reciben e interiorizan los mensajes culturales emitidos por sus padres y otros familiares relevantes. Luego, sus particulares circunstancias de vida pueden y suelen modificarlos, pero la impronta más importante, por intensa y por primaria, siempre es la familiar. La actitud ante el cuerpo entra por completo en este trasiego ideológico transgeneracional, junto con otras actitudes y valores relacionados con la política, la religión, las relaciones personales, etcétera. En lo que concierne al cuerpo, los padres transmiten sistemáticamente a sus hijas e hijos sus criterios, unos criterios que ellos han interiorizado previamente, sobre estética corporal, formas de vestir, exposición del cuerpo y conducta sexual.

Actuando de esa guisa, los padres (y otros miembros de la familia) pueden suscitar en sus hijos preocupaciones excesivas por sus cuerpos, provocando o potenciando así su insatisfacción corporal. Un estudio muy reciente ha profundizado en las dos formas en que los padres pueden influir en el grado de insatisfacción corporal de sus hijas y, por tanto, en la generación de conductas (alimentarias) de riesgo [21]. Uno de esos mecanismos es la *influencia directa.* Esta influencia se ejerce a través de comunicaciones directas de los padres. Las intervenciones de éstos que la investigación ha considerado significativas son: manifestar preocupación por el peso de la hija, formular mensajes acerca de la importancia de ser delgado y perder peso, presionarla para que siga dietas restrictivas, animarla para que practique ejercicio físico a fin de perder peso, emitir críticas o comentarios negativos sobre su peso, aspecto o comidas, y destilarle una visión catastrofista sobre su peso. En este caso, se causa directamente la insatisfacción corporal de la muchacha, puesto que figuras muy significativas emocionalmente para ella manifiestan rechazo o preocupación por su cuerpo.

El otro mecanismo es el *modelado.* Incluye que los padres, especialmente las madres, practiquen dietas restrictivas y otros procedimientos para controlar el peso, manifiesten su insatisfacción por su peso, subrayen la importancia del peso y hagan comentarios críticos acerca de la apariencia del cónyuge. La niña o adolescente contempla a diario un modelo de conducta asociado a una intensa preocupación por el cuerpo, encarnado todo ello en una persona que por su sexo y vinculación afectiva funciona como potente modelo a imitar. En la práctica ambos procedimientos suelen producirse simultáneamente, puesto que muchas de las madres excesivamente críticas y preocupadas por el cuerpo de sus hijas también viven ansiosas por el suyo propio y la consiguiente imagen social del mismo.

Tanto la influencia directa como el modelado se asocian a alteraciones alimentarias (de las hijas), incluyendo una alta motivación para adelgazar y síntomas bulímicos. Es

interesante que el modelado suscita más insatisfacción corporal que las influencias directas. Todo este conjunto de influencias parentales mantiene su fuerza incluso teniendo en cuenta la presión de otros factores influyentes como los medios de comunicación o los coetáneos.

A medida que un adolescente inicia su adolescencia y progresa a lo largo de ella sus padres tienden a ser menos positivos y más críticos acerca de su apariencia física, sus formas de comer y las cantidades de comida que ingiere, e incluso de su actividad física. En lo que concierne al aspecto físico, la adolescencia suele ser la época de la vida en que los humanos reciben más críticas y sufren más tentativas de modificación [22].

El 28 por 100 de las adolescentes barcelonesas sufren críticas o bromas referidas a su cuerpo, peso o forma de comer por parte de miembros de su familia [1]. A la adolescente media, preocupada como está por su apariencia, por su cuerpo, debido a los cambios somáticos puberales y pospuberales que experimenta, sólo le falta padecer esa creciente presión negativa. Es lógico, pues, que pretenda modificar su silueta. Está suficientemente documentado que la excesiva preocupación de los padres por conseguir que sus hijos sean delgados o por evitar que sean gordos puede influir en que los adolescentes de ambos sexos se impliquen en constantes dietas restrictivas y utilicen métodos poco saludables para controlar su peso [23].

Nuestras sociedades desarrolladas, con altos niveles de bienestar económico, han modificado notablemente muchos de los contenidos y formas de las relaciones entre padres e hijos. La mayor precocidad puberal de éstos y los cambios socioculturales sobrevenidos han dado lugar a una progresiva reducción del papel supervisor y controlador de los padres. Las relaciones interpersonales intrafamiliares también han disminuido notablemente en contenido, frecuencia y duración. A menudo los padres son (o pretenden ser) más amigos de sus hijos e hijas que antes, pero también suelen ser menos padres. Muchas madres son para sus hijas más modelos de modas y compañeras de compras que tranquilizadoras o mentoras. Las distinciones entre generaciones tienden a diluirse. Con frecuencia acicalarse («arreglarse») juntas ha reemplazado a sosegarse juntas. Sin embargo, pese a ese distanciamiento en la intimidad emocional, lo que la madre (y el padre en segundo término) opine sobre el cuerpo sigue pudiendo tener consecuencias significativas puesto que concierne a una materia que, dada la presión sociocultural, la adolescente vive hipersensiblemente.

5.2.3. Amigos y amigas

Junto con los medios de comunicación, el grupo coetáneo es sin duda la principal influencia ambiental que incide sobre los adolescentes. Las chicas especialmente, interactuando en su grupo de amigas (y de amigos), conocen, sopesan e incorporan criterios estéticos corporales, tipos de vestido, conductas alimentarias, actitudes ante el sexo, etcétera. En el grupo se critica, se producen comparaciones, se valoran cuerpos

delgados, se desarrollan y establecen modelos a imitar. El estilo de peinado, el color del cabello, las características de la vestimenta, los tipos de zapatos, el color del pintalabios, el esmalte de las uñas, son todos ellos marcadores, señales simbólicas, de la pertenencia a un grupo. Los estilos de las amigas también pueden manifestar, por lo menos en parte, lo interiorizado al captar las miradas, las opiniones y los comentarios de los chicos. En el curso de estas interacciones el cuerpo y sus aditamentos se convierten en el sustrato en que se plasman y encarnan diferencias y semejanzas interindividuales, aceptación social y autoestima personal.

En los pequeños grupos de amigas íntimas las coincidencias entre ellas y las influencias mutuas son muy evidentes. Las chicas que integran un grupo suelen coincidir significativamente en el nivel de preocupación por la imagen corporal, en la frecuencia con que practican conductas de riesgo para perder peso y, no tan a menudo, en llevar a cabo dietas restrictivas [24]. Estas similitudes también se dan en índice de masa corporal y, lo que es más relevante, en síntomas depresivos, nivel de autoestima y ansiedad.

Alrededor del 30 por 100 de las muchachas americanas de 13 a 18 años han reconocido que sufrían o habían sufrido burlas y bromas relativas a su apariencia física por parte de compañeros/as; 28,7 por 100 por parte de familiares, y 14,6 por 100 por parte de compañeros/as y familiares [25]. Si a las predisposiciones propias del cambio puberal y a la presión ambiental general a favor de un cuerpo delgado se suman burlas y comentarios negativos formulados por personas tan influyentes como los coetáneos, no puede sorprender que las adolescentes afectadas presenten una elevada insatisfacción corporal, una baja autoestima, muchos síntomas depresivos y frecuentes pensamientos suicidas.

El sufrimiento emocional (depresión y ansiedad) y el riesgo de desarrollar trastornos del comportamiento alimentario son las consecuencias más negativas de esa percepción del propio cuerpo y de su evaluación negativa tan frecuentes en nuestras adolescentes. Precisamente investigaciones recientes han comprobado que, en chicas, los trastornos del comportamiento alimentario pueden predecirse en parte por la influencia del grupo coetáneo, sea por el efecto de sus burlas relacionadas con el peso, sea por el impacto de sus conductas alimentarias irregulares [26]. Concretamente la influencia del grupo en general se asocia estrechamente a insatisfacción corporal y restricción alimentaria; las burlas percibidas se asocian a emociones negativas e insatisfacción corporal, y las conductas alimentarias de las amigas se asocian a conductas alimentarias restrictivas y bulímicas. El común denominador de todos estos sentimientos y comportamientos de las adolescentes es la preocupación y disgusto que les suscita su propio cuerpo.

Lógicamente, las muchachas con más problemas emocionales suelen ser las que resultan más burladas o desaprobadas tanto por coetáneos como por familiares (y las que más fácilmente lo percibirán o interpretarán así). Es preciso subrayar que todas estas manifestaciones negativas no guardan relación con el peso que realmente tienen las adolescentes afectadas, ni con su índice de masa corporal. En otras palabras, la

insatisfacción corporal de una chica es más predecible a partir de una historia de burlas que de su IMC. En una población de adolescentes españolas, son alrededor del 35 por 100 las que confiesan haber sufrido críticas o burlas por su cuerpo, su peso o su forma de comer, críticas o burlas formuladas por amigos/as u otras personas ajenas a su familia [1]. También se ha observado que la intensidad de la presión para adelgazar ejercida por compañeros/as suele producirse y percibirse proporcionalmente a la implicación de la adolescente en relaciones heterosociales, es decir, con coetáneos de ambos sexos [27]. Ello supone que las chicas, cuanto más se relacionan con chicos, tanto más presionadas para adelgazar se sienten. Y cuanto más presionadas se sienten, tanto más aumenta su insatisfacción corporal. Todo hace suponer que en las relaciones heterosociales queda más subrayada la importancia del atractivo corporal. Chicos y chicas, a medida que pasan de las amistades infantiles a las relaciones románticas y de connotación sexual de la primera adolescencia, van incurriendo en más comparaciones mutuas de su apariencia y atractivo físicos. Así profundizan en las normas estéticas vigentes en nuestros días, normas que definen y propugnan como deseables la delgadez femenina y la musculatura evidente masculina. Sin embargo, las relaciones románticas no parecen tener las mismas consecuencias en adolescentes jovencitas que en las de más edad o en las definitivamente adultas. Las de menor edad tienden a experimentar mayor insatisfacción corporal y más alteraciones alimentarias; en cambio, las mayores y adultas incluso pueden ver mejorar la consideración en que tienen a su propio cuerpo.

Pese a ser tan importante la influencia de amigos/as y compañeros/as, al preguntar a adolescentes y jóvenes con quién se comparan al evaluar su apariencia física, la mayoría de ellos sitúan a personajes populares al mismo nivel que amigos/as y compañeros/as, subrayando así la importancia de los medios de comunicación, creadores y difusores de «celebridades» [28]. Sin embargo, el efecto de haber interiorizado el modelo ideal de cuerpo, y de comparar la apariencia personal con la de amigas y compañeras, depende en gran parte del grado de observación o vigilancia que la adolescente ejerce sobre su propio cuerpo [29]. El problema es que cuanto más preocupa el cuerpo tanto más suele ser observado, y el grado de preocupación está estrechamente asociado al cuerpo ideal vigente y a la comparación con el de los demás.

5.2.4. Medios de comunicación

Son los máximos responsables de la difusión y generalización del modelo estético corporal delgado. Televisión, cine, revistas más o menos «femeninas», carteles publicitarios, Internet..., nunca como hoy han existido tantos agentes que puedan confluir simultánea o sucesivamente en la transmisión de un mismo mensaje. Y además visualmente, mediante imágenes. Modelos profesionales, personajes públicos corporalmente modélicos, publicidad de productos y servicios adelgazantes, repudio social del sobrepeso, etc. Los mensajes promotores de esbeltez delgada, explícitos o

implícitos, llegan a niñas, adolescentes y adultas, quienes los comentan y trasiegan entre sí, transversal y transgeneracionalmente, habiéndose constituido en el gran «culturizador» corporal de los siglos XX y XXI. Estudiantes americanas de *college* interrogadas acerca de qué agentes sociales ejercían sobre ellas una mayor presión relacionada con la apariencia física, situaron en un rotundo primer lugar a los medios de comunicación, seguidos por los coetáneos y en último lugar por la familia [30].

Los actuales medios de comunicación que tanto contribuyen al sobrepeso o incluso a la obesidad de niños y adolescentes, paradójicamente se han constituido en el más importante medio transmisor de la cultura de la delgadez (femenina) y, por tanto, en el factor ambiental de riesgo más importante para generar insatisfacción corporal y sus negativas consecuencias de todo orden. El lector interesado puede acceder a algunas revisiones extensas de este fenómeno [31, 32]; aquí sólo lo ilustraremos con algunos datos significativos:

— En unos treinta años las modelos que aparecían en los medios de comunicación han pasado de pesar un 8 por 100 menos que la mujer promedio a hacerlo un 23 por 100 menos [33].
— El modelo corporal femenino promedio marca una altura de 1,78 metros y un peso de 50 kilos, mientras la mujer media americana mide 1,63 metros y pesa 65 kilos [22].
— Un estudio de 33 programas televisivos halló que el 69 por 100 de los personajes femeninos eran delgados por sólo 18 por 100 de los masculinos. Asimismo, el 26 por 100 de los varones podían considerarse gordos por sólo 5 por 100 de las mujeres [34].
— Un análisis de 500 modelos profesionales, aparecidas en listados de agencias y en las páginas centrales de *Playboy* entre 1985 y 1997, halló que tres de cada cuatro tenían un índice de masa corporal igual o inferior a 17,5, es decir, situado dentro de los criterios requeridos para diagnosticar una anorexia nerviosa [35].
— Una encuesta norteamericana realizada en una población de 10 a 17 años de edad ha puesto de manifiesto que el 16 por 100 de las chicas y el 12 por 100 de los varones habían seguido un régimen alimentario hipocalórico o habían hecho actividad física para controlar el peso a fin de parecerse a algún personaje televisivo [36].
— Un análisis de las cuatro revistas americanas más leídas por los adolescentes reveló que el 32 por 100 del espacio de las páginas de salud estaba dedicado a ejercicio físico y a dietas para perder peso. Sólo el 3 por 100 estaba dedicado al reconocimiento y prevención de trastornos del comportamiento alimentario [37].
— Las adolescentes españolas que presentan más alteraciones alimentarias y, por tanto, mayor insatisfacción corporal tienden a ser las que leen más secciones de revistas y ven más programas de televisión relacionados con la imagen corporal,

especialmente canales de vídeos musicales [38].

— La lectura en revistas de artículos sobre regímenes alimentarios y pérdida de peso incrementa el malestar psicosocial y la práctica de conductas para controlar el peso en adolescentes de ambos sexos [39].
— En muchachas de 17 años, la visión de anuncios de televisión relacionados con la apariencia física pronostica, dos años después, un incremento de insatisfacción corporal y de motivación para adelgazar [40].

Está bien demostrado que la exposición a cuerpos delgados, encarnando personajes populares o famosos, se asocia a interiorización del modelo corporal delgado, insatisfacción corporal y síntomas de trastorno del comportamiento alimentario. El 80 por 100 de una población femenina adolescente barcelonesa de clase media han reconocido que, cuando miran una película, se fijan especialmente en las actrices para ver si están gordas o delgadas. Más del 60 por 100 envidian los cuerpos de gimnastas y bailarinas de ballet cuando las contemplan. Además, 57 por 100 se manifiestan interesadas por artículos e informaciones que versen sobre el peso, cómo perderlo o cómo controlar la obesidad [17, 18].

Para que los medios, especialmente la televisión, ejerzan estas preocupantes influencias, no es preciso que simplemente transmitan imágenes de modelos de alta costura o emitan películas protagonizadas por actrices delgadas. La contemplación en televisión de un programa realista dedicado a cirugía estética puede bastar para que la mayoría de las mujeres jóvenes, previamente atraídas por un cuerpo ideal delgado, experimenten una pérdida de autoestima tras haberlo visto [41]. En general, las mujeres que contemplan este tipo de programas manifiestan posteriormente que se sienten más presionadas por los medios para ser delgadas y al tiempo más preocupadas por su capacidad para controlar su apariencia corporal. Los cambios suscitados se mantienen dos semanas después de ver un programa de este tipo. Asimismo, la gran mayoría de las mujeres jóvenes reconocen sentirse más insatisfechas por su cuerpo inmediatamente después de ser expuestas a imágenes de modelos atractivas [42]. Un 10 por 100 de las adolescentes americanas de 16 a 19 años de edad reconocen tener como ideales a modelos como Claudia Schiffer, Cindy Crawford o Elle McPherson [43]. Es interesante que las actrices quedan situadas a mucha distancia de las modelos en su listado de preferencias. Subrayemos que las «modelos de alta costura» son en realidad *modelos corporales* y funcionan como tales. Su influencia es tanto mayor cuanto menor es la edad de las mujeres que las contemplan. Son, pues, las adolescentes las más influenciables por esas modelos y por toda la parafernalia mediática que las rodea.

La influencia de la televisión se ha evidenciado contundentemente gracias a una investigación realizada con muchachas adolescentes, habitantes de las islas Fiyi, que fueron estudiadas antes de introducirse la televisión en su país y tres años después de haberlo hecho [44]. En esos tres años, las adolescentes pasaron de no vomitar a hacerlo

el 11 por 100 de ellas. Asimismo, doblaron los síntomas o manifestaciones de trastorno alimentario. Las que vivían en hogares con televisión triplicaban en síntomas a aquellas cuyos hogares carecían de televisión. Antes de la televisión la mayoría, siguiendo sus normas culturales, se mostraban satisfechas por tener un buen apetito y una imagen corporal más bien robusta. Tres años después de existir la televisión, el 74 por 100 de ellas se sentían «demasiado grandes o gordas» y el 69 por 100 habían tomado la decisión de perder peso.

Estudios españoles han puesto de manifiesto la influencia de la publicidad en la posible inducción de dietas restrictivas [17, 18]. En una población de muchachas adolescentes, 42 por 100 han reconocido que los anuncios de productos para adelgazar les llaman la atención. Atender tales anuncios angustia al 20 por 100, y al 40 por 100 esa publicidad les sugiere la necesidad de seguir dietas restrictivas. También un 40 por 100 recuerdan frases, imágenes o melodías incluidas en anuncios asociados a restricciones alimentarias o a control del peso.

La publicidad también ha contribuido a la difusión, ya entre la infancia, del ideal corporal delgado. Las muñecas famosas con las que jugaban las niñas del siglo XIX y de la primera mitad del XX poco tienen que ver con algunas de las más apreciadas y vendidas en las últimas décadas cuyo prototipo ha sido y es sin duda la difundida y deseada *Barbie.* Es muy interesante considerar las medidas corporales de esta muñeca, universalmente famosa, trasladándolas a lo que sería un cuerpo real [45]. Serían éstas: altura: 2,18 m; pecho: 1 m; cintura: 55 cm; longitud del cuello: 15,7 cm. Si *Barbie* fuera real, además de manifestar una delgadez extrema, su cuello, excesivamente largo y delgado, no podría sostener su cabeza, y las proporciones de la parte superior de su cuerpo le dificultarían caminar erguida. De este hermoso y bien proporcionado modelo de cuerpo femenino en 1994 ya se habían vendido 800 millones de ejemplares y sus ventas anuales se cifraban en mil millones de dólares (NYTM, 1994). Desde su aparición *Barbie* nunca ha sido una muñeca que apelara al papel maternal de una niña. Siempre se ha erigido en modelo de adolescentes, planteándoles en realidad cuestiones relacionadas con el género, es decir, con el papel femenino.

Creada en 1959, *Barbie* ha sabido adaptarse a los cambios experimentados hasta hoy tanto por las modas del vestir como por las del cuerpo. Por todo ello, estudiosos del tema consideran que las variaciones de *Barbie* siempre son alegatos sobre formas dominantes de feminidad propias del momento en cuestión [46]. En 2012, poniendo en *Google* las palabras «muñeca *Barbie*» se obtienen 18.000.000 de resultados; poniendo «Barbie doll» se alcanzan 19.300.000. Estas cifras millonarias dan alguna idea de la importancia cultural de este fenómeno.

Esta distorsionada representación del cuerpo femenino corresponde a un cambio muy significativo en el diseño de muñecas. Durante siglos las muñecas eran elaboradas siguiendo modelos totalmente naturalistas. Fue durante el final de los años sesenta cuando se lanzaron al mercado muñecas con formatos abstractos y distorsionados. Hacia

1900 las muñecas francesas dominaban el mercado. Eran de expresión elegante e incluso sensual, anunciando la imbricación de muñecas y sexualidad, característica esta a menudo atribuida a *Barbie.* Así pues, desde hace bastante tiempo las muñecas han encarnado el difuminado o supresión de los límites entre lo adulto y lo infantil. Por ser cada vez más «adultas», se han ido haciendo cada vez más imitables. Alrededor de 1950 algunas muñecas ya llevaban vestidos propios de las modas adultas y se fabricaban con senos moldeados. *Barbie* ha tenido varias competidoras. Quizá la más conocida sea la británica *Sindy,* cuyo guardarropa, según parece, fue orientado por la mismísima Mary Quant. Esta aproximación a modelos sociales ya existentes también se plasmó en *Paul,* el amigo de *Sindy,* cuya figura se inspiró en la del *beatle* Paul McCartney [47].

A menudo los vídeos musicales también ejercen su influencia. Con frecuencia incluyen cantantes y *gogo-girls,* escasamente vestidas, cuyos movimientos subrayan el volumen, la forma y las proporciones de sus cuerpos. Cuando muchachas adolescentes de 16-19 años contemplan vídeos musicales en los que bailan y se mueven jóvenes delgadas experimentan un incremento significativo de su insatisfacción corporal [48]. Se ha constatado que este efecto se consigue con una exposición a tales vídeos de tan sólo 10 minutos. Por supuesto, son los adolescentes los consumidores mayoritarios de este tipo de vídeos, es decir, los que más minutos consumen contemplándolos.

Las investigaciones sobre esta temática adolescente han puesto de manifiesto que la insatisfacción corporal de las chicas está estrechamente asociada a:

— Mirar series de televisión y vídeos musicales.
— Contemplar programas de televisión cuyos personajes principales son delgados.
— Leer revistas de modas por lo menos dos veces por semana.
— Leer revistas que presentan modelos delgadas y suministran informaciones dietéticas [49].

Los medios de comunicación también están influyendo significativamente en la forma en que las adolescentes viven la sexualidad. Televisión y cine difunden abundantemente escenas y situaciones donde las mujeres en general, y las jóvenes en particular, encarnan cuerpos y conductas hiperfemeninos y, por ende, muy sexualizados. Los vestidos utilizados y la forma de vestirlos apuntan en la misma dirección. Esta hipersexualización femenina se convierte en un marcador que garantiza a la muchacha/mujer una forma de poder sexualizado sin el cual parece correr el riesgo de deslizarse hacia formas peligrosas de androginia y masculinidad [50].

De hecho, son muchos los estudios que han verificado la influencia de la simple observación de cuerpos delgados o gordos. Exposiciones breves a cuerpos delgados consiguen que mujeres jóvenes cambien de opinión y consideren más delgados que antes tanto el cuerpo ideal como el que juzgaban normal. Exactamente lo contrario sucede cuando son expuestas a cuerpos gordos. Sin embargo, si están muy insatisfechas por su cuerpo y tienen bien interiorizado el actual cuerpo ideal occidental, la visión de cuerpos

gruesos no consigue cambios significativos [51].

Buote et al. han realizado y publicado una serie de estudios dedicados a profundizar en cómo la exposición a las normas socioculturales actuales que definen el cuerpo ideal influye y reduce la satisfacción corporal tanto de mujeres como de hombres [52]. Sus conclusiones fundamentales pueden resumirse así:

1. Ambos sexos cuentan con ideales corporales identificables: mujeres delgadas, jóvenes y muy atractivas, y varones musculosos/en forma, jóvenes y muy atractivos. Sin embargo, las imágenes de mujeres y hombres que aparecen en los medios son muy distintas, puesto que las de aquéllas son muy homogéneas, satisfaciendo un ideal altamente rígido; en cambio, las imágenes de varones son mucho más heterogéneas, más variadas, dando cabida a una mayor tipología en el ámbito del cuerpo ideal.
2. En los medios de comunicación se encuentran mucho más frecuentemente imágenes idealizadas femeninas que masculinas; es decir, las mujeres son mucho más «bombardeadas» por la normativa sociocultural que los varones.
3. A pesar de que el ideal femenino de delgadez extremada difícilmente puede ser alcanzado por la mayoría de las mujeres, sobre todo si llevan un estilo de vida sano, sin embargo, ellas reciben de los medios muchos más mensajes que los varones describiendo procedimientos para modificar o controlar el peso o la apariencia física a fin de alcanzar el ideal corporal. Por otro lado, las mujeres, que reconocen la gran dificultad que supone conseguirlo, tienden a pensar que ellas, personalmente, sí podrían, aunque la mayoría de las mujeres no serían capaces.
4. Experimentalmente se ha constatado que mujeres y hombres, tras haber sido enfrentados a imágenes que encarnan rígidamente el ideal corporal correspondiente a su sexo, tienden a incrementar su insatisfacción corporal. Pero esto no sucede cuando son expuestos a imágenes corporales de características heterogéneas. Es decir, puesto que las mujeres son las más y más frecuentemente expuestas a imágenes rígidas, estereotipadas, son las que deben experimentar mayor insatisfacción corporal.

Aplíquese todo ello a nuestras adolescentes. Y téngase en cuenta que la influencia de los medios de comunicación se ejerce sobre ellas directamente, pero también indirectamente. En efecto, los medios expanden su influencia sobre coetáneos, familiares, educadores, médicos, etcétera, y todos ellos a su vez la vuelcan sobre las niñas, primero, y las adolescentes, después [32]. Se trata de personas cercanas a las muchachas, que comparten su misma cultura y se constituyen en potentes transmisores de sus valores.

No es posible cerrar este apartado sin traer a colación la creciente difusión a través de Internet de las páginas PRO-ANA y PRO-MIA, mediante las cuales se hace proselitismo de la estética (?) corporal que encarnan los cuerpos anoréxicos, al tiempo que se dan instrucciones para conseguir pérdidas de peso coherentes con tal ideal corporal. En

muchachas adolescentes de población general se ha constatado que visitar tales páginas determina que incrementen su motivación para adelgazar, empeore la percepción que tienen de su apariencia física y potencien su perfeccionismo [53]. En universitarias los efectos del impacto de PRO-ANA y PRO-MIA son muy parecidos, pero sumándoles un empeoramiento de su autoestima social y la experimentación de más sentimientos negativos. Al propio tiempo, se perciben con demasiado peso, se sienten más dispuestas a practicar conductas para controlarlo e incurren en más comparaciones de su apariencia física [54]. Todavía es más ilustrativa la constatación de que chicas de enseñanza superior, tras haber sido expuestas durante una hora y media a páginas web de esta índole, durante la semana siguiente redujeron su ingesta alimentaria una media de 2.450 calorías [55]. La peligrosidad de este tipo de influencias es evidente y ya ha empezado a tomarse en consideración en algunas legislaciones.

5.2.5. Moda y formas de vestir

Las modas adolescentes, más concretamente las modas del vestir, revisten una indudable importancia en la definición de muchas características psicosociales y culturales de los adolescentes actuales. Hasta la fecha la investigación no ha otorgado suficiente atención a esta temática. Sin embargo, como se ha reiterado repetidas veces, no es posible separar las formas de cubrir y descubrir el cuerpo propias de nuestra época de la consideración estética, erótica y social que el cuerpo está mereciendo. A subrayar la relevancia histórica y actual de este hecho se ha dedicado lo más central de las páginas precedentes, por lo que a ellas remitimos al lector.

5.2.6. El papel de la genética

Modas, familia, amigas y amigos, medios de comunicación, muy variopintos factores que, actuando conjuntamente, determinan una gran parte de la preocupación que albergan nuestras adolescentes en relación con su peso y la forma de su cuerpo. Sin embargo, también hay factores genéticos que desempeñan un papel significativo en la génesis de tales preocupaciones. Sabemos que en la preadolescencia esta influencia genética es muy moderada. Pero se potencia de modo muy notable precisamente al iniciarse la adolescencia, manteniéndose hasta bien entrada la etapa adulta [13].

Este hecho conlleva diferentes implicaciones. Una de ellas es poner de manifiesto que la activación hormonal, ovárica, propia de la pubertad, con el consiguiente incremento de los niveles de estrógeno, interactúa con los cambios que tienen lugar en los niveles de ciertos neurotransmisores, por ejemplo, serotonina, cambios determinados genéticamente. Otra es que las preocupaciones por cuerpo/peso de las niñas prepúberes están determinadas mayoritariamente por influencias ambientales. Este hecho supone que

los agobios y ansiedades que su cuerpo produce a muchas adolescentes probablemente ya se gestaron durante la infancia gracias a experiencias facilitadoras de ello. Así pues, todo sugiere que son las influencias familiares las que probablemente tengan el principal papel en la primera década de la vida. Por tanto, las adolescentes experimentan principalmente el impacto conjunto del grupo coetáneo y de los medios de comunicación, junto a las consecuencias de la influencia familiar previa y/o actual, exacerbado todo ello por la «presión» genética propia de esta etapa. En tales circunstancias es lógico que la mayoría de las adolescentes sufran por su cuerpo y que, por tanto, éste sea muy importante para sus vidas.

Así pues, contando con mayor o menor disposición genética, la influencia del ideal corporal delgado generado culturalmente determina que una gran mayoría de las muchachas (y mujeres) de cuerpo normal se consideren excesivamente voluminosas y sufran, absurdamente, por ello. Obsérvese, dicho sea de paso, que si tal cosa ocurre a chicas normales o incluso delgadas, ¿qué ocurrirá a las obesas? Pues que tienden a sufrir importantes síntomas depresivos cualquiera que sea la fase puberal o etapa adolescente por la que estén discurriendo sus vidas [56].

¿Qué consecuencias reporta toda esta presión multiplicada y potenciada por tan diversos y eficaces agentes? Como ilustración resumida enumeremos algunas de las más frecuentemente estudiadas y citadas en la literatura especializada (y ocasionalmente aludidas en páginas anteriores). Aproximadamente un tercio de los varones adolescentes y más de la mitad de las chicas utilizan algún procedimiento para perder peso que entraña riesgos para su salud: restricciones alimentarias, vómitos, laxantes, fármacos adelgazantes, tabaco, diuréticos... Éste es el camino más directo y transitado para llegar a un trastorno del comportamiento alimentario. A una edad tan temprana como los ocho años, las niñas ya suelen creer que el control del peso está estrechamente asociado a tener una buena imagen de sí mismas y consideran las dietas restrictivas como un procedimiento adecuado para mejorar esa autoimagen. Por supuesto, estas actitudes y opiniones se incrementan durante la adolescencia. Como se ha indicado repetidas veces, la preocupación por el cuerpo suele ser inseparable de una mala imagen corporal, y esta mala imagen se asocia a una autoestima baja, con todas las consecuencias que ello tiene sobre estado de ánimo, adaptación social y funcionamiento general.

REFERENCIAS

[1] Toro, J., Gómez-Peresmitré, G., Sentís, J. et al. (2006). Eating disorders and body image in Spanish and Mexican female adolescents *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 41,* 556-565.

[2] Wyshack, G. y Frisch, R. E. (1982). Evidence for a secular trend in age of menarche. *England Journal of Medicine, 306,* 1033-1035.
[3] Herman-Giddens, M. E., Slora, E. J., Wasserman, R. C. et al. (1997). Secondary sexual characteristics and menses in young girls seen in office practice: a study from the Pediatric Research in Office Settings Network. *Pediatrics, 99,* 505-512.
[4] Aksglaede, L., Sorensen, K., Petersen, J. H. et al. (2009). Recent decline in age of breast development: the Copenhaguen Puberty Study. *Pediatrics, 123,* e932-e939.
[5] Brumberg, J. J. (1997). *The body project. An intimate history of American girls.* Nueva York: Vintage.
[6] Toro, J. (2010). *El adolescente en su mundo. Riesgos, problemas y trastornos.* Madrid: Pirámide.
[7] Pomerantz, S. (2008). Style and girl culture. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 64-72.
[8] Greenfield, L. (2002). *Girl culture.* Nueva York: Melcher Media.
[9] Stice, E., Presnell, K. y Bearman, S. K. (2001). Relation of early menarche to depression, eating disorders, substance abuse, and comorbid psychopathology among adolescent girls. *Developmental Psychology, 37,* 608-619.
[10] Ohring, R., Graber, J. A. y Brooks-Gunn, J. (2002). Girls' recurrent and recurrent body dissatisfaction: correlates and consequences over 8 years. *International Journal of Eating Disorders, 31,* 404-415.
[11] Berger, U., Weitkamp, K. y Strauss, B. Weight limits, estimations of future BMI, subjective pubertal timing and physical appearance comparisons among adolescent girls as precursors of disturbed eating behaviour in a community simple. *European Eating Disorders Review, 17,* 128-136.
[12] Hermes, F. H. y Keel, P. K. (2003). The influence of puberty and ethnicity on awareness and internalization of the thin ideal. *International Journal of Eating Disorders, 33,* 465-467.
[13] Klump, K. L., Burt, S. A., Spanos, A. et al. (2010). Age differences in genetic and environmental influences on weight and shape concerns. *International Journal of Eating Disorders, 43,* 679-688.
[14] Abraham, S., Boyd, C., Lal, M. et al. (2009). Time since menarche, weight gayn and body image awareness among adolescent girls: onset of eating disorders? *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Ginecology, 30,* 89-94.
[15] Keski-Rahkonen, A., Bulik, C. M., Neale, N. et al. (2005). Body dissatisfaction and drive for thinness in young adult twins. *International Journal of Eating Disorders, 37,* 188-199.
[16] Blyth, D. A., Simmons, R. G. y Zakin, D. F. (1985). Satisfaction with body image for early adolescent females: the impact of pubertal timing within different school environments. *Journal of Youth and Adolescence, 14,* 207-225.
[17] Toro, J., Salamero, M. y Martínez, E. (1994). Assessment of sociocultural

influences on the aesthetic body shape model in anorexia nervosa. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 89,* 147-151.

[18] Toro, J., Gila, A., Castro, J. et al. (2005). Body image, risk factors for eating disorders and sociocultural influences in Spanish adolescents. *Eating and Weight Disorders, 10,* 91-97.

[19] Burdette, A. M. y Needham, B. L. (2012). Neighborhood environment and Body Mass Index trajectories from adolescence to adulthood. *Journal of Adolescent Health, 50,* 30-37.

[20] Toro, J. (2004). *Riesgo y causas de la anorexia nerviosa.* Barcelona: Ariel.

[21] Abracziskas, M., Fisak, B. y Barnes, R. D. (2012). The relation between parental influence, body image, and eating behaviors in a nonclinical female sample. *Body Image, 9,* 93-100.

[22] Croll, J. (2005). Body image and adolescents. En J. Stang y M. Story (dirs.): *Guidelines for adolescent nutrition services.* Minneapolis: Center for Leadership, Education and Training in Maternal and Child Nutrition, pp. 155-166.

[23] Field, A. E., Camargo, C. A., Taylor, C. B. et al. (2001). Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys. *Pediatrics, 107,* 54-60.

[24] Paxton, S. J., Schutz, H. K., Wertheim, E. H. y Muir, S. L. (1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, extreme weight-loss behaviors, and binge eating in adolescent girls. *Journal of Abnormal Psychology, 108,* 255-266.

[25] Eisenberg, M. E. y Neumark-Sztainer, D. (2003). Associations of weight-based teasing and emotional well-being among adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine, 157,* 733-741.

[26] Hutchinson, D. M., Rapee, R. M. y Taylor, A. (2010). Body dissatisfaction and eating disturbances in early adolescence: a structural modeling investigation examining negative affect and peer factors. *Journal of Early Adolescence, 30,* 489-517.

[27] Gondoli, D. M., Corning, A. F., Salafia, E. H. B. et al. (2011). Heterosocial involvement, peer pressure for thinness, and body dissatisfaction among young adolescent girls. *Body Image, 8,* 143-148.

[28] Heinberg, L. y Thompson, J. K. (1992). Social comparison: gender, target importance ratings, and relation to body image disturbance. *Journal of Social Behavior and Personality, 7,* 335-344.

[29] Fitzsimmons-Craft, E. F., Harney, M. B., Koehler, L. G. et al. (2012). Explaining the relation between thin ideal internalization and body dissatisfaction among college women: the roles of social comparison and body surveillance. *Body Image, 9,* 43-49.

[30] Irving, L. (1990). Mirror images: effects of the standard of beauty on the self-and body-esteem of women exhibiting varying levels of bulimic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9,* 230-242.

[31] Toro, J. (1996). *El cuerpo como delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad.* Barcelona: Ariel.
[32] López-Guimerà, G., Levine, M. P., Sánchez-Carracedo, D. y Fauquet, J. (2010). Influence of mass media on body image and eating disordered attitudes and behaviors in females: a review of effects and processes. *Media Psychology, 13,* 387-416.
[33] Seid, R. P. (1989). *Never too thin: Why women are at war with their bodies.* Nueva York: Prentice-Hall.
[34] Silverstein, B., Peterson, B. y Purdue, L. (1986). Some correlates of the thin standard of physical attractiveness of women. *International Journal of EatingDisorders, 5,* 898-905.
[35] Brown, J. D. y Witherspoon, E. M. (2002). The mass media and American adolescent health. *Journal of Adolescent Health, 31,* 153-170.
[36] Children Now (1997). *Reflections of girls in the media.* Informe de la cuarta *Children and the Media Conference.* Oakland, California: Children Now.
[37] Tulsyan, V., Brill, S. y Rosenfeld, W. D. (2002). A content analysis: dieting, exercise and weight loss messages in teen magazines. *Journal of Adolescent Health, 30,* 123.
[38] Calado, M., Lameiras, M., Sepúlveda, A. R. et al. (2010). The mass media exposure and disordered eating behaviours in Spanish secondary students. *European Eating Disorders Review.* DOI: 10.1002/erv.1024.
[39] Utter, J., Neumark-Sztainer, D., Wall, M. y Story, M. (2003). Reading magazine articles about dieting and associated weight control behaviors among adolescents. *Journal of Adolescent Health, 32,* 78-82.
[40] Hargreaves, D. y Tiggemann, M. (2003). Long-term implications of responsiveness to «thin-ideal» television: support for a cumulative hypothesis of body image disturbance? *European Eating Disorders Review, 11,* 465-477.
[41] Mazzeo, S. E., Trace, S. E., Mitchell, K. S. y Gow, R. W. (2007). Effects of a reality TV cosmetic surgery makeover program on eating disordered attitudes and behaviors. *Eating Behaviors, 8,* 390-397.
[42] Grogan, S., Williams, Z. y Conner, M. (1996). The effects of viewing same gender photographic models on body satisfaction. *Women and Psychology Quarterly, 20,* 569-575.
[43] Grogan, S. (1999). *Body image.* Londres: Routledge.
[44] Becker, A. E., Burwell, R. A., Herzog, D. B. et al. (2002). Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *British Journal of Psychiatry, 180,* 509-514.
[45] Brownell, K. D. y Napolitano, M. A. (1995). Distorting reality for children: body size proportions of Barbie and Ken dolls. *International Journal of Eating Disorders, 18,* 295-298.
[46] Driscoll, C. (2008). Barbie culture. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 39-47.

[47] Peers, J. (2008). Doll culture. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 25-38.

[48] Bell, B. T., Lawton, R. y Dittmar, H. (2007). The impact of thin models in music videos on adolescent girls' body dissatisfaction. *Body Image, 4,* 137-145.

[49] Roberts, D. F., Henriksen, L. y Foehr, U. G. (2004). Adolescent and media. En R. M. Lerner y L. Steinberg (dirs.): *Handbook of adolescent psychology,* 2.ª ed. Hoboken, Nueva Jersey: Wiley, pp. 487-521.

[50] Ringrose, J. y Walkerdine, V. (2008). What does it means to be a girl in the twenty-first century? Exploring some contemporary dilemmas of femininity and girlhood in the West. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol. 1. Westport: Greenwood Press, pp. 6-16.

[51] Glauert, R., Rhodes, G., Byrne, S. et al. (2009). Body dissatisfaction and the effects of perceptual exposure on body norms and ideals. *International Journal of Eating Disorders, 42,* 443-452.

[52] Buote, V. M., Wilson, A. E., Strahan, E. J. et al. (2011). Setting the bar: divergent sociocultural norms for women's and men's ideal appearance in real-world contexts. *Body Image, 8,* 322-334.

[53] Custers, K. y Van den Bulck, J. (2009). Viwership of pro-anorexia websites in seventh, ninth and eleventh graders. *European Eating Disorders Review, 17,* 214-219.

[54] Bardone-Cone, A. M. y Cass, K. M. (2007). What does viewing a pro-anorexia website do? An experimental examination of website exposure and moderating effects. *International Journal of Eating Disorders, 40,* 537-548.

[55] Jett, S., LaPorte, D. J. y Wanchisn, J. (2010). Impact of exposure to pro-eating disorder websites on eating behaviour in college women. *European Eating Disorders Review, 18,* 410-416.

[56] Richardson, L. P., Garrison, M. M., Drangsholt, M. et al. (2006). Associations between depressive symptoms and obesity during puberty. *General Hospital Psychiatry, 28,* 313-320.

6. El varón adolescente de hoy ante su cuerpo

Hasta finales de los años ochenta del siglo XX no se empieza a plantear y discutir con cierto rigor la cuestión de la insatisfacción corporal en los adolescentes varones. La ausencia histórica de cambios, de novedades, en el ideal corporal masculino probablemente lo explique en parte. Las características clásicas del modelo *varonil,* mantenidas hasta la fecha, subrayan fuerza y musculatura fundamentalmente. Los niños varones de 5 y 6 años de edad ya prefieren más el biotipo atlético o mesomorfo que el asténico o el pícnico. Es más, una mayoría de esos niños eligen entre los mesomorfos el subtipo musculoso, con cuerpo en forma de V, caracterizado por pecho y brazos bien desarrollados muscularmente, hombros anchos y cintura estrecha [1]. Este cuerpo, observable en la escultura grecorromana clásica, así como en las representaciones pictóricas de los héroes cristianos medievales, tras unas centurias de relativa ocultación, parece estar modificándose en los últimos años, pero en el sentido de subrayar todavía más aquellas características.

La valoración de su peso, es decir, de su cuerpo, por parte de los adolescentes varones es muy distinta de la practicada por las chicas. Al contrario que éstas, los chicos suelen mejorar su imagen corporal e incrementar su satisfacción al aumentar de peso. Ilustra este hecho una encuesta americana reveladora de que la mayoría de los adolescentes varones con pesos situados por debajo del percentil 10 superior se sentían satisfechos con su peso [2]. Por el contrario, muchas chicas situadas en el percentil 50, es decir, con un peso absolutamente promedio, deseaban ser más delgadas, concretamente deseaban perder peso un 25 por 100 de las adolescentes de clase baja y un 40 por 100 de clase alta.

En adolescentes barceloneses actuales se han podido constatar algunas de estas diferencias entre chicos y chicas [3]. En los varones, el interés por adelgazar queda prácticamente limitado a los que presentan sobrepeso. A un 20 por 100 les incomoda mirarse en un espejo por verse gordos (53 por 100 en chicas). Las diferencias más significativas se dan en el deseo de aumentar el volumen corporal. Por ejemplo, 48 por 100 se muestran preocupados porque sus brazos y su pecho no les parecen suficientemente musculosos, y 17 por 100 se sienten incómodos al desnudarse ante sus compañeros por considerarse demasiado delgados. Un 27 por 100 lamentan y les preocupa que sus piernas resulten excesivamente delgadas. Sin embargo, 35 por 100 creen excesivo el volumen de su barriga o trasero, siendo, por tanto, estas partes del

cuerpo las implicadas en los deseos de adelgazar de aquellos muchachos que los experimentan.

En varones jóvenes cabe distinguir la *insatisfacción corporal,* determinada por el exceso de grasa, la falta de volumen general o una talla corta, de la *insatisfacción muscular,* generada por la percepción de un escaso desarrollo de la musculatura. La insatisfacción muscular promueve el deseo de una imagen corporal más musculosa, dando lugar a actitudes favorables a la musculación y a conductas propiciatorias de la misma. La insatisfacción corporal se asocia a baja autoestima, pero también tiene consecuencias peores: malestar general, síntomas depresivos y escasa fortaleza psicológica. En la adolescencia, probablemente ambas insatisfacciones son difíciles de diferenciar, no sólo para el observador, sino para los propios adolescentes, sometidos a la evolución progresiva y continua de su cuerpo, lo que les hace estar viviendo permanentemente en situación de cambio corporal. Ante todo ello es lógico que predomine en ellos un cierto desconcierto y bastante perplejidad.

Tylka ha realizado un interesantísimo estudio que pone de manifiesto cómo la interiorización del modelo ideal mesomorfo puede dar lugar tanto a insatisfacción por la musculatura como a insatisfacción por la grasa corporal [4]. Aquélla facilita la aparición de conductas dirigidas a conseguir desarrollo muscular, y ésta, de comportamientos alimentarios irregulares. El mismo estudio concluye que la interiorización del modelo ideal mesomorfo es fruto fundamental de la presión para conseguirlo ejercida tanto por los medios de comunicación como por la familia.

En los chicos la relación entre pubertad temprana o retrasada e insatisfacción corporal es casi opuesta a la observada en las chicas. En efecto, los varones de maduración puberal temprana suelen considerarse más atractivos que los otros, sintiéndose más satisfechos por sus cuerpos, su apariencia física y su desarrollo muscular. Por el contrario, los que maduran tardíamente suelen ser los que experimentan una mayor insatisfacción por sus cuerpos. Llama la atención que bastantes varones adolescentes actuales parecen sentirse insatisfechos a consecuencia del desarrollo del vello pubiano y corporal general. Este hecho, de observación relativamente reciente, da idea de la aparición en nuestra sociedad de nuevas influencias culturales. Probablemente guarde relación con su difusión que la publicidad esté presentando cada vez con mayor frecuencia cuerpos masculinos completamente rasurados [5].

Está sólidamente comprobada la influencia de los *medios de comunicación* en el deseo de desarrollo muscular de los varones adolescentes. Sin embargo, esta influencia resulta más incisiva cuando se trata de muchachos que previamente ya otorgaban a la musculatura una importancia significativa [6]. Es evidente que en los últimos años se ha procedido a un bombardeo continuado de imágenes de «perfección» corporal masculina. La comercialización de modas del vestir masculino, con la consiguiente presentación y difusión de varones «modelos», ha alcanzado cotas semejantes a las de la alta (?) costura femenina. Estos cuerpos supuestamente modélicos anuncian calzoncillos, perfumes,

desodorantes, depiladoras, tejanos, centros de cirugía estética..., dando así testimonio de que su consagración social los ha convertido en estímulos atractivos que, por asociación, pueden convertir en deseables multitud de productos, todos ellos destinados a su vez al culto de esos cuerpos.

En los últimos años la cinematografía hollywoodense, la dominante, ha ido introduciendo una serie de actores cuya desorbitada musculatura y fuerza física, asociadas a un machismo inconmensurable, les ha convertido en héroes y modelos para millones de adolescentes en todo el mundo. Arnold Schwarzenegger, Sylvester Stallone y Jean-Claude van Damme han sido los prototipos de este género de actores. Han encarnado personajes que con su musculatura, y gracias a ella, consiguen triunfar social, económica y sexualmente. Cuando los ídolos de adolescentes y jóvenes eran Elvis Presley, años cincuenta, o los Beatles, años sesenta, se estaba muy lejos de fomentar el desarrollo muscular. Pero hace muy pocos años alrededor de una cuarta parte de los adolescentes de 16 a 19 años reconocían tener como modelos a actores como Van Damme o Schwarzenegger [7]. Algunos fornidos deportistas populares, amigos de lucir su caja torácica, no van a la zaga de esos actores.

La publicidad televisiva relacionada con la apariencia física también influye en los adolescentes varones, pero no exactamente igual que en las chicas. En éstas la contemplación de este tipo de anuncios les produce a medio plazo, hasta dos años después, aumentos significativos de insatisfacción corporal y de motivación para adelgazar; en los varones se incrementa la motivación para adelgazar, pero no la insatisfacción corporal [8]. Sucede que la reacción de los varones ante los mensajes referidos al cuerpo emitidos por los medios de comunicación no es exactamente la misma que la de las mujeres. Por ejemplo, al comparar su cuerpo con otros que aparecen en los medios, las chicas adolescentes reaccionan con insatisfacción corporal, pero no los adolescentes varones. Éstos coinciden con las chicas en que asocian a insatisfacción corporal tener un índice de masa corporal alto y una baja autoestima. Los chicos también incrementan tal insatisfacción cuando están bajo los efectos de un estado de ánimo depresivo [9].

El deseo de estar (ser) musculoso también está condicionado por la importancia que el adolescente de hoy atribuye tanto a la fuerza física como a las habilidades deportivas. De hecho, la insatisfacción corporal puede estar más generalizada y ser más acusada en adolescentes que practican deportes: hasta un 83 por 100 de ellos dicen estar insatisfechos por su cuerpo o peso actual [10]. Estos sentimientos no sólo están influidos por el modelo ideal de cuerpo; también son fruto de la preocupación por el rendimiento. Un ejemplo descriptivo: 80 por 100 de los jugadores de rugby y 43 por 100 de los corredores de campo manifiestan que desean *aumentar de peso,* mientras sólo 15 por 100 de los primeros y 20 por 100 de los segundos desean perderlo. Todos ellos, eso sí, aspiran a ser más altos.

Es evidente que la persecución de un cuerpo musculoso no corresponde a una

motivación o conducta que llegue a los adolescentes caída del cielo. Los adolescentes no hacen sino seguir los patrones vigentes, de manera más o menos confesada, en el mundo masculino adulto joven. En un estudio realizado con varones franceses, austríacos y americanos de 20 a 30 años de edad, sin diferencias significativas entre sí en cuanto a índice de masa corporal, se halló que todos ellos definían como cuerpo ideal uno que superara al suyo en 10 kg de musculatura como promedio [11]. También opinaban que las mujeres preferían varones con cuerpos que pesaran unos 14 kg más que el suyo, lo que contrasta con lo puesto de manifiesto por otros estudios: las mujeres suelen preferir varones con cuerpos promedio, ordinarios. En términos de modelos populares de hoy, los hechos sugieren que mientras las mujeres se sienten atraídas por cuerpos como los de Leonardo DiCaprio o Ricky Martin, los varones, especialmente adolescentes y jóvenes, prefieren los de Stallone y compañía.

Para perfilar mejor este fenómeno es preciso tener en cuenta que el criterio de las féminas respecto al cuerpo masculino está parcialmente influido por los medios de comunicación «femeninos». Por ejemplo, comparando el tipo de cuerpo masculino ideal propuesto por revistas para mujeres, por ejemplo, *Cosmopolitan,* y el representado en revistas para varones, por ejemplo, *Men's Health,* se observa que éste es significativamente más musculoso que aquél [12].

Todas estas preocupaciones no son exclusivas de los adolescentes o adultos jóvenes. Como se ha descrito en un capítulo anterior, los varones actuales de todas las edades están cada vez más preocupados por su apariencia física. Una serie de estudios americanos realizados con varones de 13 a 60 años de edad ilustra muy bien este extremo [13]. En 1972, el 15 por 100 de los varones se sentían insatisfechos por el aspecto de su cuerpo, en 1985 ya fueron 34 por 100, llegando a 43 por 100 en 1997. En 25 años aumentó en 28 por 100 el número de varones insatisfechos corporalmente. En 1997 esta insatisfacción afectaba prácticamente por igual, en los mismos porcentajes, a los varones de cualquier edad, por tanto, también a los adolescentes, los cuales, obviamente, viven y se desarrollan en un mundo donde una gran parte de los varones adultos que les rodean (les) manifiestan de algún modo tal preocupación. Constituyen, pues, otro agente social influyente, uno más.

En este contexto no debería sorprender (o sí) que a los cinco o seis años de edad la mayoría de los niños varones indiquen que prefieren ser grandes y musculosos a ser delgados o gordos. Con anterioridad se describió cuál sería el aspecto de la muñeca *Barbie* si de una mujer real se tratara. Obsérvese lo distinta que sería la apariencia de *Ken,* personaje extraordinariamente difundido entre los niños de todo el mundo, si se trasladaran sus dimensiones a un ser humano de carne y hueso: altura: 2,33 m; pecho: 1,27 m; cintura: 1,09 m; perímetro del cuello: 59 cm; longitud del cuello: 16 cm [14]. Si *Ken* fuera real, su desmesurado tórax y el enorme grosor de su cuello casi le impedirían ponerse una camiseta... Ken debutó en el mundo de los muñecos en 1961.

Igual que ha sucedido con las muñecas para niñas, los muñecos diseñados para niños

varones también han evolucionado, por ejemplo, *GI Joe* o los protagonistas de la *Guerra de las galaxias.* En unos treinta años los mismos personajes han pasado de tener un volumen corporal razonablemente posible a convertirse en figuras musculosas sólo alcanzables en la realidad mediante dosis masivas de esteroides anabolizantes [13]. A ese tipo de muñecos, y a los personajes de muchas películas de animación, por supuesto de *acción,* están expuestos a diario niños y adolescentes, por lo menos en su primera etapa.

Al aumentar en edad, el adolescente medio se enfrenta a otro tipo de influencias complementarias. Algunas proceden de la proliferación de gimnasios donde los ejercicios de *fitness* y *musculación* se presentan como incentivos ya degustados por compañeros y conocidos. Los quioscos han empezado a llenarse de revistas «para hombres» donde, bajo lemas de «cuerpos sanos», «mantenerse en forma», etc., mayoritariamente se dan instrucciones para potenciar el desarrollo corporal, presentadas entre una buena cosecha de fotografías de cuerpos masculinos definitivamente alejados de la normalidad estadística, situados con suma frecuencia en el pantanoso terreno del culturismo.

En los últimos años se han publicado una serie de investigaciones dirigidas a estudiar las reacciones de hombres adolescentes y jóvenes expuestos a anuncios en que aparecen cuerpos ideales de varón. En general concluyen que tal exposición suele ejercer un significativo impacto negativo sobre el grado de satisfacción corporal de los sujetos. También se ha observado que si los varones en cuestión ya no andan muy satisfechos por su cuerpo, la contemplación de cuerpos masculinos ideales empeora su autoimagen como personas. En cambio, sentirse satisfechos por su apariencia física parece protegerles de tales efectos negativos [15].

La influencia acumulativa, transversal y secuencialmente, de imágenes de cuerpos considerados ideales servidas de continuo por los medios de comunicación forzosamente tiene que ejercer su efecto, y no precisamente positivo. Comparando el grado de insatisfacción corporal de varones taiwaneses, por un lado, y de estadounidenses y europeos, por otro, se observó que éstos se sentían mucho más a disgusto con su cuerpo que aquéllos. Al propio tiempo se comprobó que los *magazines* y revistas taiwaneses incluían muchas menos imágenes de hombres desnudos que las publicaciones americanas y europeas equivalentes [16]. ¿Por qué estas diferencias? Por un lado, la cultura china tradicional comparada con la occidental da menos importancia a la musculatura como medida de masculinidad; por otro, como acabamos de ver, los varones chinos están menos expuestos que los occidentales a imágenes de cuerpos musculosos. En definitiva, culturas distintas, también en los hombres, promueven modelos distintos de cuerpo ideal. Y, según sabemos, los adolescentes son quienes más fuertemente reciben el impacto de tales modelos.

Adolescentes y varones en general pueden estar preocupados por un escaso desarrollo muscular o por un exceso de grasa, ocurra así realmente o no. La insatisfacción corporal puede dar lugar a tomar decisiones alimentarias que conduzcan a riesgo de trastornos. Sin embargo, ha podido comprobarse en adolescentes mayores que es la insatisfacción

suscitada por la grasa corporal, y no por la insuficiente musculatura, la que se asocia a irregularidades alimentarias [17]. Esta experiencia es vivida de la misma manera tanto por varones heterosexuales como homosexuales, considerados a menudo unos y otros como perseguidores de modelos corporales parcialmente distintos. La diferencia fundamental entre ellos es que los homosexuales están preocupados por su cuerpo (graso) con mucha más frecuencia, experimentan mayor insatisfacción corporal e incurren en más anomalías alimentarias.

En los finales del siglo XX estas preocupaciones han llegado a las mesas de operación de los cirujanos plásticos. Al final de los años noventa, en Estados Unidos, el 10 por 100 de los ciudadanos que recurrían a la cirugía estética eran varones empeñados mayoritariamente en tener un pecho más ancho, pantorrillas más voluminosas, nalgas más modeladas, barbillas más «vigorosas», etc. [18]. En el ya bien entrado siglo XXI esta tendencia no ha dejado de incrementarse. Para verificarla basta hojear nuestra prensa diaria y observar la proliferación de publicidad de corporaciones más o menos dermoestéticas... Y nuestros adolescentes respiran y se nutren, viven, en este ambiente. Los chicos, igual que las chicas, también responden con alteraciones emocionales, insatisfacción corporal, autoestima baja, etc., cuando sufren burlas o comentarios críticos referidos a su cuerpo por parte de familiares o compañeros. Sin embargo, ni la fase puberal, ni, sorprendentemente, el índice de masa corporal parecen tener papel determinante alguno. Lo importante, pues, es el aparente rechazo social del cuerpo.

Pese a todo lo dicho, no puede olvidarse que no sólo es el anhelo de conseguir un cuerpo musculoso lo que genera insatisfacción corporal en los adolescentes. Estudios recientes indican que alrededor de un tercio de los adolescentes, ya a partir de los 12 años de edad, preferirían ser más delgados [19]. Es muy probable que este hecho guarde relación con el incremento de sobrepeso y obesidad sobrevenido en los últimos años. No hay duda de que el objetivo de la generalidad de los varones adolescentes es el desarrollo muscular, cuanto más mejor, pero no del tejido graso. Al igual que las chicas, los varones obesos tienden a sufrir importantes síntomas depresivos, pero, inexplicablemente, esta asociación se produce en ellos durante la adolescencia primera y media, pero mucho menos en la última etapa adolescente. Aun sin ser obesos, los varones deseosos de conseguir el modelo ideal de atractivo físico (más altos, más corpulentos, más musculosos) suelen tener una baja autoestima y sufrir síntomas depresivos [20].

Vemos, pues, que los muchachos adolescentes de hoy sufren preocupaciones por su cuerpo igual que hacen las chicas, aunque sus contenidos sean en parte distintos. Pero algo más les diferencia de ellas. Por su condición de varones, por asumir el papel masculino diseñado en nuestra cultura, no pueden hablar de estas preocupaciones (ni de otras), deben mantenerlas en secreto, como si de algo vergonzoso se tratara. Una vergüenza relacionada no tanto con el problema corporal específico que les aqueja, como con el carácter supuestamente femenino de tal tipo de preocupaciones... Son cosas de chicas, de mujeres, se suele decir. Y ellos lo suelen pensar.

En *The Adonis complex,* Pope recoge un dato muy interesante: la mayoría de los adolescentes americanos de 11 a 17 años eligen como ideal a alcanzar un cuerpo cuya musculatura se concreta en 16 kilos más que la suya [13]. El autor concluye que este objetivo sólo puede conseguirse mediante el consumo de esteroides anabolizantes. Y este consumo constituye un nuevo peligro para la salud física y mental de los adolescentes. En 1988 se constató por vez primera que, en Estados Unidos, 6,6 por 100 de los adolescentes habían consumido esteroides en alguna ocasión. En 1993 este porcentaje se mantenía, pero con el agravante de que la mayoría de tales consumidores eran menores de 15 años de edad. En 2005 *Pediatrics* publicó un importante estudio realizado con adolescentes de ambos sexos, de 12 a 18 años de edad [21]. Hallaron que 4,7 por 100 de los varones y 1,6 por 100 de las chicas consumían preparados proteínicos, creatina, aminoácidos/hidroximetilbutirato, hormona del crecimiento o esteroides anabolizantes inyectables a fin de mejorar su apariencia física o su fuerza. Todos estos adolescentes explícitamente pretendían conseguir una musculatura más definida o aumentar de peso. Asimismo, comparados con sus congéneres no consumidores de tales productos, los consumidores leían más revistas para hombres, de modas o de salud/estar en forma; las muchachas intentaban parecerse a las mujeres que aparecían en los medios de comunicación. En la actualidad, el deseo de musculatura está induciendo en algunas minorías adolescentes el consumo de esteroides anabolizantes.

En Europa, con algún retraso y mayor lentitud, también se está viviendo este peligroso fenómeno. En España tan sólo disponemos de un estudio realizado por la Agència Valenciana de Salut. Este estudio ha detectado que 5,5 por 100 de los varones de 14-18 años han consumido esteroides, por 0,8 por 100 de las chicas de la misma edad. En los chicos el consumo pasa de 3,1 por 100 a los 14 años a 7,9 por 100 a los 18 [22]. Un informe reciente de la Comisión Europea denuncia que el 6 por 100 de los europeos que frecuentan gimnasios consumen anabolizantes. Aplicado a España este porcentaje sugiere que convivimos con 20.000 consumidores aproximadamente.

Es bien cierto que los anabolizantes dan lugar al desarrollo de la musculatura del hemicuerpo superior, especialmente hombros, antebrazos (bíceps) y pecho, es decir, las áreas corporales más musculosas en el tan anhelado modelo actual de cuerpo masculino. Los adolescentes valencianos consumidores han demostrado tener muy escasa percepción de la peligrosidad de tales sustancias. Pero los peligros existen. Algunos son de carácter médico: trastornos cardíacos, accidentes vasculares cerebrales, cáncer de próstata... Otros afectan a la salud mental: alteraciones del estado de ánimo, irritabilidad y agresividad, síntomas maníacos, delirios, depresión (en abstinencia)... Sin llegar a la gravedad de todos estos trastornos, tanto más probables cuanto mayor sea el consumo, la frecuentación del mismo también se asocia a autoestima baja, humor depresivo, tentativas de suicidio, alteraciones alimentarias y consumo de sustancias psicoactivas, así como a la práctica de deportes que subrayan la importancia del peso y la silueta.

Así pues, el siglo XX nos ha dejado un nuevo riesgo que sumar a los trastornos del

comportamiento alimentario, todos ellos generados por el deseo de alcanzar un cuerpo en principio inalcanzable desde los límites de la salud. Desde una perspectiva psiquiátrica, todo ello significa que a trastornos como anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y otros afines debe añadirse la *dismorfia muscular,* que es el nombre que recibe la preocupación obsesiva por el desarrollo muscular y la práctica compulsiva de conductas para conseguirlo. Es el trastorno más frecuente en culturistas.

6.1. ORNAMENTACIONES CORPORALES: PERFORACIONES Y TATUAJES

Los tatuajes y las perforaciones *(piercings)* son tan antiguos como la humanidad. En distintas culturas de Asia, África, América y Oceanía se han mantenido vigentes hasta la actualidad. En Europa, hace 5.000 años ya se realizaban tatuajes. Las perforaciones se han practicado en rituales de iniciación. Los «perforados» solían pertenecer a un determinado grupo social o a un grupo de edad concreto. Los tatuajes han sido utilizados como señales de afiliaciones religiosas o de categorías sociales. Durante el siglo XX, y aun antes, marineros, mineros y otros trabajadores manuales mostraban mayoritariamente sus tatuajes. Eran sus especiales señas de identidad.

En la década de los setenta, una serie de miembros del movimiento *punk* británico, mayoritariamente jóvenes obreros marginados económica y socialmente, empezaron a usar *piercings* corporales y faciales, simbolizando su rechazo y marginación de la sociedad dominante. Poco después algunas comunidades gays siguieron el mismo camino. En ambos casos se trataba de manifestaciones públicas de protesta dirigidas a las clases medias conservadoras y sus normativas sociales. Hasta finales de los ochenta muchas de estas modificaciones corporales constituían actos y usos provocativos gestados en unas cuantas subculturas.

Los últimos quince años han visto un notable incremento tanto de tatuajes como de perforaciones, habiéndose popularizado enormemente. No sólo ha crecido el número de tatuados y perforados; su uso también se ha difundido por todas las clases sociales. Esta situación probablemente sea consecuencia del «comercialismo» cultural difundido por los medios de comunicación, lo que conduce a que tatuajes y perforaciones ya no se consideren atributos específicos de una subcultura concreta. De hecho, existen numerosos «profesionales» dedicados a practicar tales menesteres, instalados en establecimientos bien visibles y anunciándose en la prensa y en carteles publicitarios.

Paralelamente se han multiplicado los personajes (modelos sociales para adolescentes) que exhiben tanto tatuajes, como pendientes, aros, *pins,* etc., dibujados o insertos en las más dispares áreas corporales. Pueden contemplarse en cantantes e instrumentistas de

música *pop,* jugadores de baloncesto, *gogo girls,* modelos de alta costura, etc., es decir, personajes dedicados a actividades de enorme impacto en adolescentes y jóvenes de ambos sexos, difundidos en fotografías, pantallas y vídeos de muy distinta índole. Los medios de comunicación son los agentes que con mayor frecuencia trasladan a los adolescentes las imágenes, en primerísimos planos, de tales personajes, a menudo ídolos, y, por tanto, imitables.

En este contexto, tatuajes y perforaciones a veces se valoran por su supuesto valor artístico, es decir, estético. Mas, para la mayoría de los usuarios, constituyen señales de identidad relevantes que pueden servir tanto para distinguirse de los demás como para sentirse integrados en un grupo determinado. La protesta contra los padres, los profesores o la autoridad en general es una motivación subyacente en bastantes adolescentes que practican tales usos ornamentales.

Todo ello es válido y aplicable a adolescentes y jóvenes de ambos sexos; no es exclusivo de los varones. Precisamente la mayor parte de las muchachas occidentales durante varias centurias han sufrido la perforación de los lóbulos de sus orejas a fin de colgar de ellos los tradicionales pendientes. Formando parte de usos culturales muy arraigados, estas perforaciones se realizaban y realizan por decisión de los padres, cuando las hijas todavía son bebés. En la década de los noventa, a partir de las creaciones de ciertos diseñadores parisinos y siguiendo usos de algunas supermodelos, por ejemplo, Naomi Campbell, bastantes adolescentes procedieron a perforar y adornar (?) otras partes de su cuerpo distintas de las orejas. Muchas camisetas, bastantes falditas, variedad de pantalones de uso frecuente en las adolescentes permiten mostrar buena parte del abdomen y, por supuesto, el ombligo. Es esta una zona de elección a menudo adornada por aros, perlas u otros adminículos de bisutería, recordando todo ello una estética corporal más bien oriental, hindú. En occidente, su presencia obliga a que las miradas se centren en esa parte del cuerpo, constituyendo a la vez una llamada de atención de probable significado sexual y un distintivo personal reforzador de la identidad individual al margen de la cultura burguesa dominante. Pasando al tatuaje, un estudio australiano sugiere que, cualquiera que sea su grado de visibilidad, constituye una expresión corporal de singularidad, del deseo de ser diferente y especial. Sin embargo, la motivación para ser tatuado o tatuada no parece que se deba primariamente a preocupación por la apariencia física [23]. Estudiando las vivencias experimentadas por jóvenes y adultos antes y después de ser tatuados se han detectado algunos cambios significativos [24]. Inmediatamente después del tatuaje tanto varones como mujeres manifiestan menos ansiedad y menor insatisfacción por su apariencia física. Transcurridas tres semanas, mejora su valoración del cuerpo, consideran que su apariencia les distingue más, les singulariza, y aumenta su autoestima. No obstante, después de esas tres semanas, las mujeres experimentan un aumento de la ansiedad relacionada con su físico, mientras los varones dan cuenta de su reducción. Posiblemente esto suponga que las mujeres, pasado un cierto tiempo, tienden a sentirse insatisfechas o

preocupadas por la propia presencia del tatuaje.

Los estudios realizados indican que todos estos cambios subjetivos experimentados a consecuencia de haber sido tatuados no diferencia a los adolescentes y jóvenes cuyos tatuajes se mantienen ocultos de aquellos que los llevan bien visibles. Ello sugiere que, para el tatuado, el significado corporal que reviste su tatuaje, especialmente su primer tatuaje, es más importante que su visibilidad. En otras palabras, el tatuaje puede encerrar significado positivo para el sujeto al margen de su exposición social. Por consiguiente, la posesión de un tatuaje no tiene por qué estar necesariamente asociada a la apariencia física. Algunas observaciones concluyen que hay dos motivaciones importantes para hacerse el primer tatuaje, la propia manera de ser y sentirse único. La distribución corporal de los tatuajes suele variar en función del sexo: los varones acostumbran a tatuar sus brazos y hombros; las chicas, sus espaldas, caderas y muslos.

Estas connotaciones son bastante distintas en los usuarios de *piercings,* quienes suelen estar mucho menos preocupados por ser singulares personalmente y mucho más por resultar atractivos o ir a la moda. También son frecuentes esas manipulaciones y adornos en labios y lenguas, así como, con menos frecuencia y en grupos marginales, en pezones y genitales. Estas variantes de *piercing* son vividas por algunas muchachas como una especie de «secretos femeninos» que les permiten ofrecer algo íntimo a sus novios. Aunque no sea un comportamiento mayoritario, la práctica de perforaciones y tatuajes es moneda corriente en una amplia minoría de adolescentes integrados en subgrupos culturales.

REFERENCIAS

[1] Mishkind, M. E., Rodin, M. E., Silberstein, L. R. y Striegel-Moore (1986). The embodiment of masculinity: cultural, psychological and behavioural dimensions. *American Behavioral Science, 29,* 545-562.

[2] Gross, R. T. y Duke, P. M. (1983). Effects of early vs. late physical maduration in adolescent behavior. En M. D. Levine, W. B. Carey y A. C. Crocker et al. (dirs.): *Developmental Behavioral Pediatrics.* Filadelfia: WB Saunders, pp. 149-156.

[3] Toro, J., Gila, A., Castro, J. et al. (2005). Body image, risk factors for eating disorders and sociocultural influences in Spanish adolescents. *Eating and Weight Disorders, 10,* 91-97.

[4] Tylka, T. L. (2011). Refinament of the tripartite influence model for men: dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image, 8,* 199-207.

[5] Alsaker, F. D. (1996). Annotation: the impact of puberty. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 37,* 249-258.

[6] Smolak, L. y Stein, J. A. (2006). The relationship of drive for muscularity to sociocultural factors, self-esteem, physical attributes gender role, and social comparison in middle school boys. *Body Image, 3,* 121-129.
[7] Grogan, S. (1999). *Body image.* Londres: Routledge.
[8] Hargreaves, D. y Tiggemann, M. (2003). Long-term implications of responsiveness to «thin-ideal» television: support for a cumulative hypothesis of body image disturbance? *European Eating Disorders Review, 11,* 465-477.
[9] Van den Berg, P. A., Paxton, S. J., Keery, H. et al. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. *Body Image, 4,* 257-268.
[10] Parks, P. S. y Read, M. H. (1997). Adolescent male athletes: body image, diet and exercise. *Adolescence, 32,* 593-602.
[11] Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B. et al. (2000b). Body image perception among men in three countries. *American Journal of Psychiatry, 157,* 1297-1301.
[12] Frederick, D. A., Fessler, D. M. T. y Haselton, M. G. (2005). Do representations of male muscularity differ in men's and women's magazines? *Body Image, 2,* 81-86.
[13] Pope, H. G., Phillips, K. A. y Olivardia, R. (2000a). *The Adonis complex. The secret crisis of male body obsession.* Nueva York: Free Press.
[14] Brownell, K. D. y Napolitano, M. A. (1995). Distorting reality for children: body size proportions of Barbie and Ken dolls. *International Journal of Eating Disorders, 18,* 295-298.
[15] Blond, A. (2008). Impacts of exposure to images of ideal bodies on male body dissatisfaction: a review. *Body Image, 5,* 244-250.
[16] Yang, C. F. J., Gray, P. y Pope, H. G. (2005). Male body image in Taiwan versus the West: *Yanggang Zhiqi* meets the Adonis complex. *American Journal of Psychiatry, 162,* 263-269.
[17] Smith, A. R., Hawkeswood, S. E., Bodell, L. P. y Joiner, T. E. (2011). Muscularity versus leanness: an examination of body ideals and predictors of disordered eating in heterosexual and gay colleges students. *Body Image, 8,* 232-236.
[18] Rosenthal, E. (1991). El sexo masculino protagoniza ya el 10 por 100 de las operaciones estéticas en EE.UU. *El País,* 27 de octubre, p. 28.
[19] Hausenblas, H. A., Downs, D. S., Fleming, D. S. y Connaughton, D. P. (2002). Body image in middle school children. *Eating and Weight Disorders, 7,* 244-248.
[20] McCreary, D. R. y Sasse, D. K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescents boys and girls. *Journal of American College Health, 48,* 297-304.
[21] Field, A. E., Austin, S. B., Camargo, C. A. et al. (2005). Exposure to the mass media, body shape concerns, an use of supplements to improve weight and shape among male and female adolescents. *Pediatrics, 116,* e214-e220.
[22] FEPAD (2006). *Investigación y prevención del consumo de sustancias en el área deportiva.* Valencia: Agència Valenciana de Salut.
[23] Tiggeman, M. y Hopkins, L. A. (2011). Tattoos and piercings: bodily expressions of

uniqueness? *Body Image, 8,* 245-50.
[24] Swami, V. (2011). Marked for life? A prospective study of tattoos on appearance anxiety and dissatisfaction, perceptions of uniqueness, and self-esteem. *Body Image, 8,* 237-244.

7. Evolución de la sexualidad adolescente

Es obvio que la sexualidad se experimenta, se practica y se manifiesta a través del cuerpo. El cuerpo permite y concreta el placer sexual. El cuerpo, todo él, desde su marcha a su mirada, desde sus formas a sus posturas, desde sus encubrimientos hasta sus insinuaciones (vestimentas), es susceptible de emitir señales sexuales. Los órganos sensoriales, conjuntamente o por separado, pueden funcionar como receptores de tales mensajes e iniciar su procesamiento cognitivo. Y tras todo ello, subyaciéndolo, actitudes, sentimientos, motivaciones y pensamientos relacionados con el sexo. Y todavía más allá un sistema neurohormonal, fuente de excitación y deseo, que inicia su caminar precisamente con la pubertad, *es* la pubertad. Es el inicio de la adolescencia.

Si muchas características de los adolescentes están influidas, cuando no totalmente determinadas, por la cultura en que se desarrollan, su conducta sexual, entendida en un sentido amplio, apenas puede entenderse separada del momento sociohistórico en que estén inmersos. Nada o muy poco tienen que ver el comportamiento y actitudes sexuales de un o una adolescente de 15 años viviendo en la Grecia clásica, en la Edad Media europea, entre los massai de Kenia, en la época victoriana o en nuestro siglo XXI occidental.

7.1. EL SIGLO XVIII

Es en el siglo XVIII cuando empezó a delimitarse la adolescencia como etapa diferenciada de la infancia, pero también de la fase adulta. Durante *l'Ancien Régime* los hijos e hijas de la aristocracia y la alta burguesía, los únicos que frecuentaban asiduamente las escuelas, de hecho finalizaban su infancia oficial al finalizar sus estudios, lo que solía ocurrir al cumplir 15 años los varones y 12 las niñas. A partir de ese instante unos y otras se dedicaban activa y casi exclusivamente a la *galantería;* es decir, al cultivo de unas relaciones sociales y a la práctica de unas conductas impregnadas de coqueteo, trasfondo sexual, incentivos casamenteros y otros contenidos afines. En ese momento, en esa etapa, el niño se convertía en «hombre» y la niña en «dama». Esta fase, que no correspondía psicosocialmente hablando a lo que hoy entendemos por adolescencia,

conllevaba una especie de deseo colectivo de prolongar la pubertad hasta alcanzar la auténtica etapa adulta, el matrimonio. En todas las épocas históricas los jóvenes han sostenido relaciones sexuales preconyugales, aunque lo común es que fueran esporádicas. En el siglo XVIII y en las clases sociales altas tales relaciones eran frecuentes e incluso regulares. Su inicio coincidía con la relativamente brusca transición a «hombre» o a «dama».

Las bodas realizadas a edad temprana eran la norma, aunque de modo casi exclusivo entre la nobleza y la aristocracia del dinero. No era extraño que los nobles frecuentasen el trato con amantes de 10 y 12 años de edad, siendo corriente que tuvieran esposas de 15 años [1]. En estas circunstancias los embarazos indeseados eran frecuentes. Cuando el doctor Condom, médico de la corte de Carlos II de Inglaterra, inventó el preservativo, su uso se extendió de inmediato tanto entre las profesionales de la galantería como entre las clases sociales elevadas. Son enternecedores los nombres que se le dieron: «ataúd del peligro», «coraza de la honestidad», «mejor amigo de amantes furtivos»... [1]. Las jovencitas que se movían en esos medios sociales debían conocer su uso. También era preciso que tuvieran conocimiento de los procedimientos abortivos. La educación de una muchacha no era completa si carecía de información precisa al respecto. Fallecimientos en provocaciones de abortos y partos clandestinos eran trances por los que pasaban muchas adolescentes. Londres contaba con buen número de establecimientos privados donde las jovencitas podían dar a luz y abandonar a sus bastardos. Este tipo de instituciones también funcionaban en España, Francia o Italia.

En este mundo y época galantes los jóvenes de ambos sexos bailaban y jugaban. El baile siempre ha sido y es ocasión de flirteo, conquista y contacto físico entre sexos. Danzas como el vals alemán se estructuraban en ritmo y enlaces de modo que se incrementara su voluptuosidad. El minué, por el contrario, era un prototipo de elegancia y ceremonia, siendo la única danza que se podía bailar con miriñaque y zapatos de tacón alto. Los llamados juegos pastoriles facilitaban los flirteos en plena naturaleza; en ellos pastor y pastora podían besarse y entrar en contacto íntimo con notable espontaneidad. Capítulo aparte merece el uso del columpio, constituido en juego de moda exclusivamente femenino y practicado con auténtica pasión. Columpiándose las faldas de las jovencitas volaban mostrando e insinuando sus ropas más íntimas ante la mirada atenta de sus compañeros de juego...

En 1762 la aparición del *Émile,* de Rousseau, promovió una concepción del niño que marcó un antes y un después. Para Rousseau, los niños nacían en un *estado natural* de *santa inocencia.* El mundo adulto podía ser su corruptor. La ignorancia sexual propia de la infancia era sinónimo de felicidad. Todo lo sexual era sucio y peligroso. Fue por ese entonces cuando la masturbación empezó a verse como problema y a considerarse como un grave riesgo para la salud. Los educadores debían dar el mínimo de información sexual a los menores, respondiendo exclusivamente a las preguntas de éstos. Convenía que utilizaran «palabras sucias» para describir o nombrar los órganos y las funciones

sexuales, subrayando así su conexión con las excreciones corporales más repugnantes. Lo sexual debía describirse de tal modo que no despertara o azuzara pasiones prematuras.

En algunas escuelas «progresistas» europeas, especialmente alemanas, se daban clases formales de educación sexual [2]. Pretendían inculcar sentimientos de modestia y un «sano» temor al sexo. Se evitaba cualquier alusión a placer o disfrute. Los alumnos debían prepararse para las clases de educación sexual mediante una dieta especial y muy escasa a fin de que se debilitaran sus cuerpos previniendo así la aparición de deseos peligrosos. Para demostrar las diferencias anatómicas entre sexos los estudiantes eran invitados a depósitos de cadáveres donde se les mostraban cuerpos desnudos de hombres y mujeres. Otras veces eran conducidos a visitar hospitales y asilos para que observaran a pacientes sifilíticos y dementes presentados como víctimas de la masturbación. Se les suministraban libros en los que se narraban historias «reales» de adolescentes fallecidos miserablemente a consecuencia de «autoabuso»... Estas escuelas atendían a adolescentes procedentes de la clase media ascendente y de la aristocracia de menor nivel.

La educación sexual se liberalizó y se dirigió a todos los estratos sociales tras la Revolución francesa de 1789. Pero la euforia revolucionaria y muchas de sus consecuencias duraron poco. En Francia, al igual que en el resto de Europa, el progresivo desarrollo e influencia de la burguesía extendió de nuevo la mentalidad conservadora y, por supuesto, el puritanismo referido a la sexualidad.

7.2. LOS SIGLOS XIX y XX

El siglo XIX, desde sus inicios, vivió la consagración del amor sexual como motivo y justificación del matrimonio, sin olvidar, claro está, su finalidad reproductiva. La actividad sexual sólo se aceptaba dentro del matrimonio. En consecuencia se prescribía la castidad prematrimonial y, en el matrimonio, la fidelidad absoluta entre los esposos. La necesidad de *decencia pública y privada* exigía contención y recato en el lenguaje, los gestos, el comportamiento, el vestido, las modas en general...

El hecho central de la evolución de la sexualidad adolescente a lo largo de los últimos cien años puede resumirse en la transición desde la lucha, interior y exterior, por preservar la virginidad hasta la necesidad/motivación de ejercer la sexualidad lo antes posible. Estos cambios han sido y son más acusados, más espectaculares, en las chicas que en los chicos. Brumberg lo ha concretado muy bien: nuestras adolescentes pueden tener cuerpos «virginales», pero raramente tienen mentes virginales [3]. El propio concepto de virginidad está pasado de moda. Su preservación ha dejado de ser un objetivo personal para la inmensa mayoría de los adolescentes. Los adolescentes

actuales, chicos o chicas, pueden estar preocupados por sus relaciones sexuales, por la técnica para llevarlas a cabo, por si es prudente tenerlas con una determinada pareja o no, por si pueden tener consecuencias problemáticas, etc., pero difícilmente sus preocupaciones se referirán a la preservación de la virginidad. Es más, a menudo sucede que adolescentes vírgenes de ambos sexos, habiendo alcanzado los 15 o 16 años de edad, se sienten frustrados por serlo, limitados, con un evidente descenso de su autoestima.

En el siglo XIX las iglesias cristianas, estrechamente asociadas a las clases medias y altas, mantuvieron y extendieron una visión negativa, alarmista, de todo lo relacionado con el sexo. La virginidad era una exigencia moral de primer orden, especialmente para las muchachas. Hasta su matrimonio su himen debía permanecer intacto. Considérese que la palabra *himen,* nombre de esa inútil membrana vaginal hecha relevante por la moral, también significa matrimonio, e *himeneo,* casamiento. En el mundo clásico Himen era el dios del matrimonio.

La virginidad estaba estrechamente asociada al concepto de *pureza,* una pureza que implicaba no sólo la supresión de toda conducta sexual, sino también la de imágenes, pensamientos y palabras relacionados con esta materia. Las iglesias cristianas dirigían (y todavía dirigen aunque con menos ardor) campañas permanentes en favor de la virginidad, condenando por pecaminosos cualquier conducta o pensamiento de índole sexual. Por supuesto, los y las adolescentes, hombres y mujeres en ciernes de descubrir y desarrollar su sexualidad, eran objeto preferente de esas orientaciones, coacciones y condenas. Iglesias, familias y educadores competían en conseguir su objetivo de inhibir toda manifestación de sexualidad, especialmente femenina. Fueron actitudes y presiones mantenidas hasta bien entrado el siglo XX.

La moral victoriana y la católica tradicional inculcaban en adolescentes y jovencitas que debían esforzarse para preservar esa valiosísima «joya» o «tesoro» de su propiedad, es decir, un himen intacto, hasta que llegara el día en que debía ser «entregada» a su esposo o «sacrificada» en el altar nupcial. Esta presión, pero mucho menos vigorosa, también se ejercía sobre los varones, aunque lo que más se pretendía inculcarles era que valoraran por encima de todo la virginidad de quien debería ser su futura esposa, lo que sin duda comportaba el menosprecio de las que la habían «perdido». Esta valoración moral y práctica de la virginidad femenina por parte de los varones todavía potenciaba más la necesidad de preservarla.

En la era victoriana el recato alcanzó límites insospechados. Un ginecólogo americano señalaba: «En 1885 ninguna mujer educada tenía anatomía alguna entre su cuello y sus tobillos. Preferiría morir antes que ser explorada» [4]. Hasta mediado el siglo XX no se practicaban exploraciones ginecológicas de muchachas adolescentes y jóvenes, es decir, solteras, por tanto, vírgenes, a no ser en casos de fuerza mayor. Era preciso mantener como fuere la intimidad, respetar el *pudor,* y en el fondo velar por el mantenimiento de la integridad del himen. Las muchachas podían ser objeto de consulta médica a causa de

padecer desarreglos menstruales. Algunos médicos, ante el temor de alterar el himen preferían una exploración rectal considerada más inocua. La exploración vaginal, se decía, podía estimular el deseo sexual y orientar la atención, morbosamente, hacia los genitales. Sin proceder a exploración alguna, muchos médicos solían prescribir tónicos, recomendar medidas higiénicas y alimenticias, e incluso, si pretendían descartar posibles problemas anatómicos, llegaban a recomendar a las madres que fueran ellas quienes exploraran a sus hijas [5].

En el siglo XVIII ya se habían publicado Biblias para niños especialmente «purificadas». En el XIX se extendió masivamente este género de purificación a las propias publicaciones religiosas. Los mismos catecismos tradicionales ya no fueron considerados suficientemente «castos», por lo que fueron revisados y redactados en parte de nuevo. Incluso textos clásicos griegos y latinos se publicaron en ediciones censuradas. En Inglaterra vio la luz pública un «Shakespeare para familias» en el que se habían suprimido todas las palabras y frases «indecentes». Los ciudadanos decentes debían guardar en estantes separados los libros destinados a varones o a mujeres, evitando así la acusación de favorecer la promiscuidad sexual [2].

En Estados Unidos aparecieron personajes que se hicieron famosísimos por su lucha contra la «obscenidad». Uno de ellos fue Anthony Comstock, quien luchó toda su vida para evitar la difusión de todo conocimiento relativo al sexo, así como cualquier discusión pública sobre esta temática. En 1873 consiguió que el Congreso aprobara la *Ley Comstock,* la cual consideraba delictivo el envío de cualquier «libro, panfleto, cuadro, escrito, documento obsceno o lascivo, así como toda publicación de “carácter indecente”» [2]. En la estricta Inglaterra desaparecieron del lenguaje común las palabras de contenido sexual o que designaban partes del cuerpo. No podía hablarse de *legs* (piernas), sino de *limbs* (extremidades). Ni siquiera *chicken leg* (pata de pollo) era aceptable; convenía utilizar *dark meat* (carne oscura). Tampoco era correcto hablar de *chicken breast* (pecho de pollo o pechuga); era más aceptable *white meat* (carne blanca). La modestia de algunas gentes les llevaba a cubrir las patas *(legs)* del piano [6].

Ante las mujeres, tanto más si eran jóvenes, nadie podía abordar cuestión alguna relacionada con el sexo. Una jovencita decente simplemente debía desconocer estos asuntos. No se mencionaban directamente aquellas partes del cuerpo o de los vestidos que pudieran sugerir algún significado erótico por remoto que fuere. El pecho o los pechos podían ser «el cuello» o, en casos extremos, «el busto». El vientre se confundía con «el estómago». El trasero ni existía. Las enaguas no pasaban de ser «sayas». Las mujeres embarazadas ni siquiera estaban en estado de «buena esperanza», sino en estado «interesante»...

Por supuesto que las relaciones sexuales prematrimoniales estaban socialmente prohibidas, pero también lo estaba cualquier contacto que pudiera interpretarse como mínimamente erótico. Por este motivo, los prometidos no pasaban por contacto íntimo alguno hasta el día de su boda. Hasta ese momento sus contactos, por supuesto

manteniendo literalmente las distancias, se hacían siempre en presencia de adultos. La jovencita que fuera besada por otro hombre ya no podía casarse con su prometido, con ningún hombre decente, a pesar de estar sinceramente enamorada de él. Una muchacha decente que saliera a la calle debía caminar sin volver su cabeza a los lados y a ser posible con la mirada baja. No debía caminar muy deprisa, pues podría llamar la atención, pero tampoco muy despacio, pues así daría ocasión a que se le acercara algún varón. Obviamente, no podía enseñar sus piernas, una conducta propia de prostitutas. Hasta los alrededores de 1880 tampoco estaba bien visto mostrar el pie. Cuando la falda comenzó a hacerlo visible, durante algún tiempo las personas «decentes» lo consideraron un comportamiento indecente [1]. Detenerse para contemplar la estatua de un desnudo o una pintura con figuras desnudas o semivestidas delataba, según los «decentes», apetitos pecaminosos.

Esta ambientación coactiva y represora convivía con costumbres muy distintas, las que se desarrollaban entre el proletariado adolescente y juvenil que trabajaba en las organizaciones industriales en pleno apogeo del capitalismo decimonónico. A unas condiciones laborales degradadas y degradantes se sumaban los efectos del alcohol, facilitando todo ello el desarrollo de un notable libertinaje sexual. La introducción del trabajo nocturno incrementó embarazos y nacimientos extramatrimoniales. En el primer tercio del siglo XIX no era raro en las fábricas inglesas que casi la mitad de las trabajadoras solteras estuvieran embarazadas [1]. En el sistema inglés de trabajo agrícola, éste solía realizarse mediante cuadrillas. Las cuadrillas se componían de diez a cuarenta o cincuenta jóvenes de ambos sexos, de 13 a 18 años de edad. La convivencia persistente en condiciones de promiscuidad hacía muy frecuente la actividad sexual. A menudo muchachitas de trece o catorce años resultaban embarazadas por compañeros de la misma edad [1].

Durante todo este período los adolescentes se debatían entre una auténtica conspiración del silencio en todo lo relativo al sexo, con una completa ignorancia de los hechos biológicos más elementales, y la represión explícita de la masturbación, el mayor riesgo moral en que podían incurrir. Las múltiples enfermedades de todo orden que el onanismo era capaz de provocar daban lugar a secretos e intensos sentimientos de culpa, ansiedad desbordada y algún que otro suicidio. Los adolescentes sorprendidos masturbándose, o reconocida su masturbación en confesión, podían ser sometidos a una amplia gama de absurdos «tratamientos» o sancionados con implacables penitencias.

Con el siglo XX, en los países anglosajones, coincidiendo con la revolución feminista de la época, bastantes muchachas se sintieron liberadas de la prohibición de hablar de sexo, por lo menos entre ellas. La sexualidad, pues, empezó a formar parte de sus conversaciones íntimas, lo que supuso una importante modificación de la actitud femenina ante el cuerpo. En Estados Unidos, el desarrollo económico de los años treinta y cuarenta dio lugar a un fenómeno de indudable trascendencia para la conducta y actitudes sexuales de adolescentes y jóvenes de ambos sexos: la difusión del automóvil.

El automóvil permitió un grado de intimidad en muchas parejas adolescentes desconocida anteriormente. En los albores de los cincuenta el informe Kinsey señalaba que el 41 por 100 de las mujeres que habían tenido relaciones sexuales completas antes de casarse las habían llevado a cabo dentro de un automóvil [7].

La desmitificación del himen y el deseo de placer sexual hizo que no fueran pocas las jóvenes que consultaban a ginecólogos para que «adaptaran» su membrana, puesto que de ser demasiado resistente podría dificultar la consecución de sus objetivos. Se trataba de una himenectomía preconyugal. La utilización de tampones para controlar el flujo menstrual y su difusión comercial constituyó una nueva aportación a la banalización del himen, aunque en sus comienzos el tampón levantara críticas y recelos entre los «bien pensantes» por considerar su uso como una especie de atentado a la virginidad. Colocarse el tampón, recelaban, bien pudiera convertirse en una forma de masturbarse.

Por su más rígida concepción de la moral tradicional y por su retraso en el desarrollo económico y social, los países europeos latinos tardaron más tiempo en acoger este tipo de intervenciones y recursos. En la España de la posguerra y los años cincuenta, la educación sexual de los adolescentes se llevaba a cabo bajo los dictados de una Iglesia católica inserta en el nacionalcatolicismo de la dictadura, con plenos poderes para sentar doctrina en todo lo referente a moral y costumbres. Cuando, tras la Segunda Guerra Mundial, se habían producido progresos en cuanto a tolerancia y libertad sexuales en la mayor parte de los países occidentales, en España se mantenía, acrecentado, el oscurantismo y prohibicionismo de mucho tiempo atrás. Todo cuanto directa o indirectamente hiciera referencia al sexo era materia tabú, es decir, pecado o riesgo de caer en él.

En España muchachas jóvenes o mujeres maduras debían llevar brazos y piernas cubiertos. A partir de los 12 años las niñas tenían que llevar medias. Pintarse no era bien visto, podía atraer a los hombres al pecado. Había sacerdotes que negaban la comunión a las muchachas que mostraban carmín en sus labios o llevaban vestidos ceñidos. En algunos internados se aconsejaba no comulgar a las chicas que estaban en período menstrual. En tales instituciones las duchas acostumbraban a tomarse en camisón. Los uniformes solían llevar una especie de petos que disimularan la forma del pecho. El cuerpo y sus manifestaciones eran un problema, un riesgo, un peligro. Para las chicas la masturbación no existía; era una palabra ausente de su vocabulario. Las mismas palabras «menstruación y «regla» eran tabúes. Las chicas no podían utilizarlas. Para referirse a tal fenómeno fisiológico las adolescentes (y las mujeres mayores) utilizaban apelativos a cual más grotesco: la *visita,* la *luna,* la *novedad,* la *tía María,* la *costumbre...*

Lo contrario ocurría en la educación de los varones. Se les hablaba y mucho de la masturbación (el «placer solitario»), es decir, de sus riesgos, que eran muchos. No sólo les amenazaba la posible condenación eterna, sino también tuberculosis, ceguera, demencias, etc. Durante los años cuarenta y cincuenta en una gran mayoría de colegios masculinos españoles se instituyó la obligatoriedad de leer *Energía y pureza* y *El joven de*

carácter, obras escritas por Monseñor TihamérTóth, un obispo húngaro extremadamente conservador. Sus obras llenaron de temblor y temor hacia el sexo a varias promociones de adolescentes españoles.

La censura cinematográfica suprimía cualquier escena que el censor interpretara que tenía carácter erótico. En muchos centros de enseñanza media se proyectaban películas para niños y adolescentes: aun eligiendo las más inocentes y blancas, las tijeras seguían manteniendo al alumnado sin ninguna experiencia vicaria que facilitara algún conocimiento de la vida (remotamente) sexual. Así, claro está, se potenciaba su curiosidad. La prensa retocaba y entintaba fotografías a fin de corregir escotes y faldas excesivamente cortas o estrechas. Los desnudos desaparecieron de la historia del arte.

A partir de los cincuenta en muchos países occidentales y alguna década después en España los adolescentes empezaron a practicar con cierta asiduidad el manoseo erótico *(petting)*. Su cuerpo quedaba así mucho más expuesto que antes a la exploración y conocimiento por parte de otras personas. Este hecho y el progresivo incremento de relaciones coitales prematrimoniales supuso un cambio radical, revolucionario, respecto de la época precedente. A partir de esas fechas, años sesenta, el prestigio e importancia de la virginidad inició su caída en picado, fundamentalmente entre los jóvenes.

Por otro lado, la difusión de los tampones entre las adolescentes contribuyó a un conocimiento más minucioso, más detallado, más *natural,* de su intimidad anatómica. En los años setenta y ochenta ya eran absoluta mayoría las adolescentes que usaban el tampón vaginal. Como ha señalado Brumberg, la utilización del tampón y el desarrollo de la higiene personal, íntima, consiguió que la mayoría de las chicas conocieran la diferencia entre vagina y uretra, e incluso que en el mismo proceso descubrieran el clítoris [3]. El conocimiento del propio cuerpo, y no sólo de los genitales, que todo esto implicaba forzosamente experimentó un avance radical respecto de épocas anteriores.

El siglo XX generalizó el uso del sujetador. Los primeros sostenes suelen constituir un acontecimiento en la vida de muchas chicas. Aunque su función primaria es cubrir y sostener los pechos, el sujetador es un icono de la cultura colectiva que erotiza los senos como objetos sexuales. Así lo percibe la adolescente desde el primer día. Por tal motivo experimenta una actitud ambivalente, positiva y negativa, ante el uso del sostén. Algunas se sienten sumamente complacidas aunque sólo sea por razones estéticas, ornamentales. Otras lo llevan con cierta ansiedad, especialmente si desean ocultar el desarrollo de su pecho. Esto último es frecuente cuando la muchachita en cuestión es la primera de su grupo de amigas en experimentar ese desarrollo. En tal caso es muy posible que sufra las bromas o burlas de compañeros y compañeras. Paradójicamente una niña también puede oír burlas y sarcasmos si todas sus amigas llevan sostenes y ella todavía no los precisa. En cualquier caso, para las adolescentes, el binomio sostenes/pecho se constituye en un elemento relevante en la percepción del propio cuerpo, de su atractivo sexual y de su aceptación social.

Durante muchos años un número importante de adolescentes han deseado reducir el

volumen de sus pechos. Corrían los tiempos del modelo estético corporal tubular. Esa reducción podía concretarse en una sala de operaciones. En nuestro siglo XXI las cosas han cambiado significativamente. La cirugía estética está viviendo una gradual disminución de intervenciones reductoras del tamaño de las mamas, al tiempo que ve incrementar a gran velocidad la demanda de intervenciones aumentadoras. Hasta hace poco todas estas operaciones quirúrgicas eran practicadas a mujeres adultas; ahora se llevan a cabo con notable frecuencia en chicas adolescentes. Cifras de Estados Unidos indican que en los primeros años del siglo XXI el número de menores de 18 años que han sufrido cirugía para recibir implantes mamarios ha supuesto un aumento del 24 por 100 [8].

Desde finales de los años ochenta hasta la actualidad, los adolescentes en general, las chicas en particular, han ido haciéndose cada vez más activos sexualmente. Dada la elevadísima frecuencia, absolutamente mayoritaria, de relaciones sexuales consumadas antes del matrimonio (con mayor motivo, antes del emparejamiento formal), las consultas ginecológicas de las adolescentes y jóvenes también se han hecho cada vez más frecuentes. La masturbación, lógicamente, ha dejado de ser vista como algo prohibido o peligroso y, aun sin hacer alarde de ello, suele practicarse con «naturalidad» por los adolescentes de ambos sexos. Todo ello supone que la gran mayoría de los adolescentes actuales, tanto chicos como chicas, contemplan su conducta sexual como un comportamiento decidido autónomamente, cada vez más ajeno a condicionantes socioculturales o religiosos, libre de sentimientos de culpa y muy distanciado de todo lo relativo al concepto y el hecho de la virginidad. En el curso de esta liberación de costumbres sexuales adolescentes debe incluirse la proliferación de conductas sexuales de distinto formato. Por ejemplo, un estudio estadounidense revelaba que ya en 1979 un tercio de los adolescentes de 15-16 años de edad y la mitad de los de 17-18 años habían practicado sexo oral activa o pasivamente [9].

La progresiva libertad de costumbres sexuales entre adolescentes y jóvenes es un claro indicador del progresivo declive del hasta hace poco potente poder controlador de iglesias, familias y otras instituciones sociales. Eso no significa que los adolescentes no sigan interiorizando las normas «oficiales», pero los educadores de hoy no son tan poderosos ni tan intolerantes como los de generaciones anteriores. Además, nuestras sociedades complejas han desarrollado una serie de valores y costumbres que muy poco tienen que ver con las rigideces de tiempos todavía muy recientes. Pese a todo ello, la religiosidad todavía sigue siendo un importante predictor de conducta sexual [10]. Es interesante observar que, a medida que las actitudes ante el sexo se han hecho más liberales, la visión que de la sexualidad tienen varones y mujeres ha ido convergiendo. Este hecho ha determinado la progresiva supresión de las diferencias hasta ahora existentes entre unos y otras en cuanto a la consumación de relaciones sexuales preconyugales. La frecuencia de tal práctica es similar en ambos sexos, aunque son más numerosas las muchachas que prefieren situar las relaciones sexuales en el seno de una

relación afectiva.

El actual incremento de relaciones sexuales entre adolescentes concierne tanto a las que se producen en el ámbito de unas relaciones románticas como a las de carácter esporádico, los «ligues». Estos encuentros sexuales de una noche, usualmente entre adolescentes y jóvenes que no sostienen una relación afectiva propiamente dicha o incluso que acaban de conocerse, se han difundido notablemente, siendo cada vez más aceptados entre los miembros del grupo coetáneo. No siempre un encuentro sexual implica el coito. Es característico del «ligue» la ausencia de compromiso, aunque pueda repetirse con la misma pareja. Pese a su creciente difusión, el «ligue» sigue siendo mucho más practicado por varones que por muchachas, las cuales, aunque lo toleren o acepten conceptualmente, temen más sus posibles consecuencias negativas para su reputación.

Los «ligues» repetidos con la misma pareja suelen asociarse al establecimiento de una relación amistosa preferente, que no alcanza el carácter de amorosa o romántica. Son parejas que, juntos, puede ir al cine, hacer algunas comidas, ir de compras, etc. Con alguna frecuencia este tipo de relación evoluciona hacia una mayor intimidad y compromiso afectivo. Entre adolescentes no es infrecuente que el paso hacia la relación romántica se haga con el beneplácito del grupo de amigos o amigas. Es entonces cuando puede hablarse de novios y novias.

Deslizándose el siglo XX, esta revolucionaria evolución de la conducta sexual de los adolescentes no puede entenderse al margen de importantes cambios sociales y culturales relacionados con el cuerpo y el sexo. El delgado cuerpo femenino ideal propio de esta época guarda relación con la vida sexual. Es un hecho repetidas veces constatado que hay una estrecha relación entre imagen corporal y satisfacción en las relaciones sexuales. La insatisfacción corporal las entenebrece y disuade. En mujeres adultas se ha observado que la pérdida de peso incrementa su deseo sexual, y ambas experiencias dan lugar a una visión más positiva del propio cuerpo [11]. Por su parte, los varones, incluyendo los adolescentes, con frecuencia intervienen e influyen criticando o supervisando la evolución del peso de sus parejas sexuales.

Tanto entre adultos como entre adolescentes, los varones tienden a creer que las mujeres prefieren un cuerpo masculino significativamente más voluminoso que el que realmente eligen. Por el contrario, las mujeres opinan que los varones gustan de cuerpos femeninos más delgados que los que en verdad prefieren [12]. Estos prejuicios, interpretaciones subjetivas de la realidad, predisponen la insatisfacción corporal de unos y otras. La consecuencia de todo ello es un incremento de la *inseguridad sexual,* es decir, de la ansiedad ante el atractivo sexual del propio cuerpo. La forma de vencerla suele consistir en practicar conductas modificadoras de la apariencia física o en extremar las formas de hacerse valer sexualmente forzando la práctica de conductas sexuales de riesgo.

Es obvio que la *homosexualidad* parece haber existido desde los orígenes del género

humano. Pero durante el discurrir de la historia casi siempre se ha mantenido como característica oculta, clandestina, condenada socialmente y perseguida por los poderes públicos (y privados). De hecho, hasta la segunda mitad del siglo XX no empieza a instaurarse, entre balbuceos e inconsistencias, un notable grado de tolerancia hacia la homosexualidad y los homosexuales. Por lo menos en el mundo occidental. Hasta ese momento los adolescentes y las adolescentes homosexuales habían tenido que vivir su cuerpo y sus impulsos sexuales bajo una doble represión, la que afectaba a todos sus coetáneos y la que específicamente se ejercía sobre sus personales tendencias. A los temores y ansiedades producidos por la intuición y el progresivo reconocimiento de su «desviada» orientación sexual se sumaba el percibirse diferenciados y rechazados socialmente. Desde la perspectiva del iniciado siglo XXI, no hay duda de que esta situación ha mejorado significativamente, aunque todavía falta trecho por recorrer.

Aunque carecemos de estudios dedicados específicamente a verificar las actitudes ante el cuerpo y la conducta sexual de adolescentes homosexuales, cabe suponer que sus tendencias no se alejan en exceso de las observadas en adultos jóvenes homosexuales. Es bien sabido que en el seno de la cultura gay se otorga una gran importancia a la apariencia corporal. Esta preocupación especial por la silueta no ha existido siempre. Todo apunta a que fue durante las décadas de 1970 y 1980 cuando entre los varones homosexuales, gays, se desarrolló un modelo de cuerpo atlético, musculado, fuerte, duro, contraviniendo así el estereotipo tradicional del homosexual afeminado [13]. Son décadas de importancia histórica; durante ellas las sociedades democráticas desarrolladas aceptaron suficientemente la existencia de la homosexualidad, lo que facilitó los contactos, movimientos y organizaciones de homosexuales [14]. La insatisfacción corporal del actual varón gay se concentra fundamentalmente en su cintura, bíceps, brazos y estómago. Esa insatisfacción suele ser superior a la de los varones heterosexuales. El cuerpo que los gays consideran no deja de ser una exageración de características físicas que son, en última instancia, las que incentivan a los varones heterosexuales.

La llamada cultura gay es una cultura fundamentalmente urbana. Lo relevante es que la insatisfacción corporal del varón homosexual medio es significativamente superior a la del varón heterosexual medio. Nuestra comercializada sociedad de consumo, por supuesto, ha aprovechado estas tendencias e inquietudes colocando en el mercado vestidos, cosméticos y otros bienes y productos relacionados con el cuerpo destinados explícitamente al consumo gay, retroalimentando y potenciando así aquellas tendencias e inquietudes. Aunque el adolescente homosexual medio no suele estar inmerso en estos círculos de influencia, lo cierto es que, al adentrarse en la juventud, va a encontrarse en un ambiente muy trabajado por productores y comerciantes que consiguen pingües beneficios vendiendo sus productos entre miembros de la comunidad gay, con frecuencia situada en muy aceptables niveles económicos. Es decir, el adolescente se va a encontrar con publicidad e incentivos muy dirigidos hacia algunas de sus motivaciones específicas.

En lo que concierne a las mujeres lesbianas parece que tienden a dar menos importancia al atractivo físico de sus parejas sexuales que las heterosexuales o los varones, sean gays o heterosexuales [15]. Asimismo suelen sentirse más satisfechas de sus cuerpos que las mujeres heterosexuales. Probablemente la cultura lesbiana pueda ejercer una función protectora respecto de la insatisfacción corporal, puesto que suele hacer menos énfasis en juventud y belleza y no acostumbra a promover los ideales utópicos de belleza propios de la cultura femenina común actual. Ahora bien, las muchachas homosexuales es muy difícil que se incorporen a la cultura lesbiana durante sus años de adolescencia, aunque gradualmente vayan transitando hacia ella.

REFERENCIAS

[1] Fuchs, E. (1985). *Illustrierte sittengeschichte in sechs bänden.* Francfort: Fischer (versión española: *Historia ilustrada de la moral sexual*. Madrid: Alianza).

[2] Magnus Hirchsfeld Archive for Sexology (2010). *Sex education.* www2.hu-berlin.de/sexology/ATLAS_EN/html/sex-education.html

[3] Brumberg, J. J. (1997). *The body project. An intimate history of American girls.* Nueva York: Vintage.

[4] Dickinson, R. L. y Beam, L. (1932). *A thousand marriages.* Nueva York: William & Wilkins.

[5] Rosenthal, E. M. (1900). Medical treatment during the adolescence period of girls. *American Journal of Surgery and Gynecology, 14,* 180.

[6] Goodson, A. (2009). *Nudity in ancient to modern cultures.* www.primitivism.com/nudity.htm

[7] Kinsey, A. K. (1953). *Sexual behaviour and the human female.* Filadelfia: Saunders.

[8] Sheridan-Rabideau, M. P. (2008). Breast enhancement. En C. A. Mitchell y J. Reid-Walsh (dirs.): *Girl culture,* vol 1. Westport: Greenwood Press, pp. 202-203.

[9] Newcomer, S. F. y Udry, J. R. (1985). Oral sex in adolescent population. *Archives of Sexual Behaviour. 14,* 41-46.

[10] Davidson, J. K., Moore, N. B. y Ullstrup, K. M. (2004). Religiosity and sexual responsability: relationships of choice. *American Journal of Health and Behavior, 28,* 335-346.

[11] Werlinger, K., King, T., Clark, M. et al. (1997). Perceived changes in sexual functioning and body image following weight loss in an obese female population: a pilot study. *Journal of Sex and Marital Therapy, 23,* 74-78.

[12] Fallon, A. y Rozin, P. (1985). Sex differences in perceptions of desirable body shape. *Journal of Abnormal Psychology, 94,* 102-105.

[13] Entwistle, J. (2000). *The fashioned body.* Cambridge: Polity Press (Versión española: *El cuerpo y la moda. Una visión sociológica*. Barcelona: Paidós, 2002).
[14] Gough, J. (1989). Theories of sexual identity and the masculinisation of the gay man. En S. Shepherd y M. Wallis (dirs.): *Coming on strong: gay politics and culture.* Londres: Unwin Hyman, pp. 119-135.
[15] Siever, M. (1994). Sexual orientation and gender as factors in socioculturally acquired vulnerability to body dissatisfaction and eating disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 62,* 252-260.

8. Conducta sexual de los adolescentes actuales y sus riesgos

8.1. LA SEXUALIDAD ADOLESCENTE HOY

La preocupación por el himen y su integridad ha desaparecido casi por completo de la mente de las y los adolescentes actuales. Integridad y «pureza» ya no influyen significativamente ni en la gratificación del propio cuerpo, ni en las relaciones entre sexos, ni en la valoración de la autoestima personal. Estos cambios constituyen un fenómeno psicosocial inserto en la prolongada lista de los que, a lo largo y ancho de la historia, han evidenciado cómo las circunstancias sociales influyen en la consideración del cuerpo y de cuanto le es afín.

Los cambios sobrevenidos en los comportamientos, actitudes y costumbres sexuales de los adolescentes durante las últimas décadas, descritos en el capítulo anterior, han sido extraordinarios, auténticamente espectaculares. Su lectura positiva incluye la liberación de tabúes y prohibiciones injustificados, un mejor conocimiento del propio cuerpo y de sus reacciones, una relación más espontánea, menos tensa, más sosegada con el otro sexo, etc. Sin embargo, este nuevo ejercicio de la sexualidad también ha implicado nuevos problemas o riesgos. Precisando, probablemente no sean nuevos, sino eternos, pero el incremento de su frecuencia y el enjuiciamiento social y sanitario que de ellos cabe hacer los ha convertido en alarmantes. Bastantes de los datos y reflexiones sobre esta cuestión que a continuación exponemos y resumimos están recogidos en una revisión anterior [1].

Nunca como ahora los adolescentes han estado, ya desde su infancia, sistemática y continuamente bombardeados con escenas, imágenes y situaciones en las que, de manera explícita o implícita, se exponen muy distintos tipos de comportamiento sexual. Se ha dicho que en nuestro mundo occidental actual la presión que experimentan adolescentes y jóvenes para practicar el sexo sólo es superada por la que incentiva el consumo de alcohol. Un estudio estadounidense ha señalado que uno de cada tres adolescentes reconoce haberse sentido presionado para tener relaciones sexuales bastante antes de estar preparado para ello. Este hecho facilita el inicio precoz de la actividad sexual con los riesgos que ello conlleva. Ese mismo estudio apuntaba que el 12 por 100 de los varones y el 3 por 100 de las chicas ya habían tenido relaciones sexuales completas a los

12 años de edad [2].

Este proceso de sexualización progresiva empieza muy tempranamente y es muy difícil separarlo de la adquisición del modelo ideal de cuerpo. Las niñas de cuatro o cinco años ya pueden intentar reproducir los movimientos de las modelos en la pasarela o los más eróticos de muchas estrellas del *pop*. Poco después de abandonar sus peluches (o sin hacerlo) son mayoría las preadolescentes que saben que la belleza corporal conlleva atractivo erótico y que esa belleza se encarna en un determinado tipo de cuerpo que se comporta de una determinada manera. Y los varoncitos del siglo XXI saben que su atractivo, también sexual, está estrechamente asociado a un cuerpo musculoso y a ciertas formas de hacerlo notar.

El Instituto Nacional de Estadística (INE) ha ido suministrando datos que revelan la progresiva mayor precocidad en el inicio de las relaciones sexuales por parte de los adolescentes españoles. En el transcurso de los últimos veinte años prácticamente se ha duplicado el número de muchachas que empezaron a tener relaciones sexuales completas antes de los 16 años de edad, pasando de 5,7 por 100 a 11,4 por 100. También son más los varones que han debutado sexualmente antes de esa edad, pero su porcentaje ha crecido menos que el de las chicas: ha pasado de 13,1 por 100 a 18,4 por 100.

En la figura 8.1 se describe el incremento de relaciones sexuales coitales practicadas desde 1990 a 2002 por los adolescentes españoles. Es lógico que los porcentajes de quienes han tenido relaciones sexuales completas a los 17-18 años sean muy superiores a los de quienes las han mantenido a los 15-16 años. Pero hay dos hechos que conviene destacar. Primero, durante ese período de 12 años los aumentos significativos en la práctica de relaciones sexuales se produjeron en los chicos de 15-16 años y en las chicas de 15-18 años. Segundo, son las chicas las que han incrementado más significativamente el porcentaje de las que han mantenido relaciones coitales tanto a los 15-16 años como a los 17-18 años. Entre 1990 y 2002 los varones de 17-18 años no mostraron diferencias apreciables, mientras las muchachas pasaron de 14,60 por 100 a 33,50 por 100.

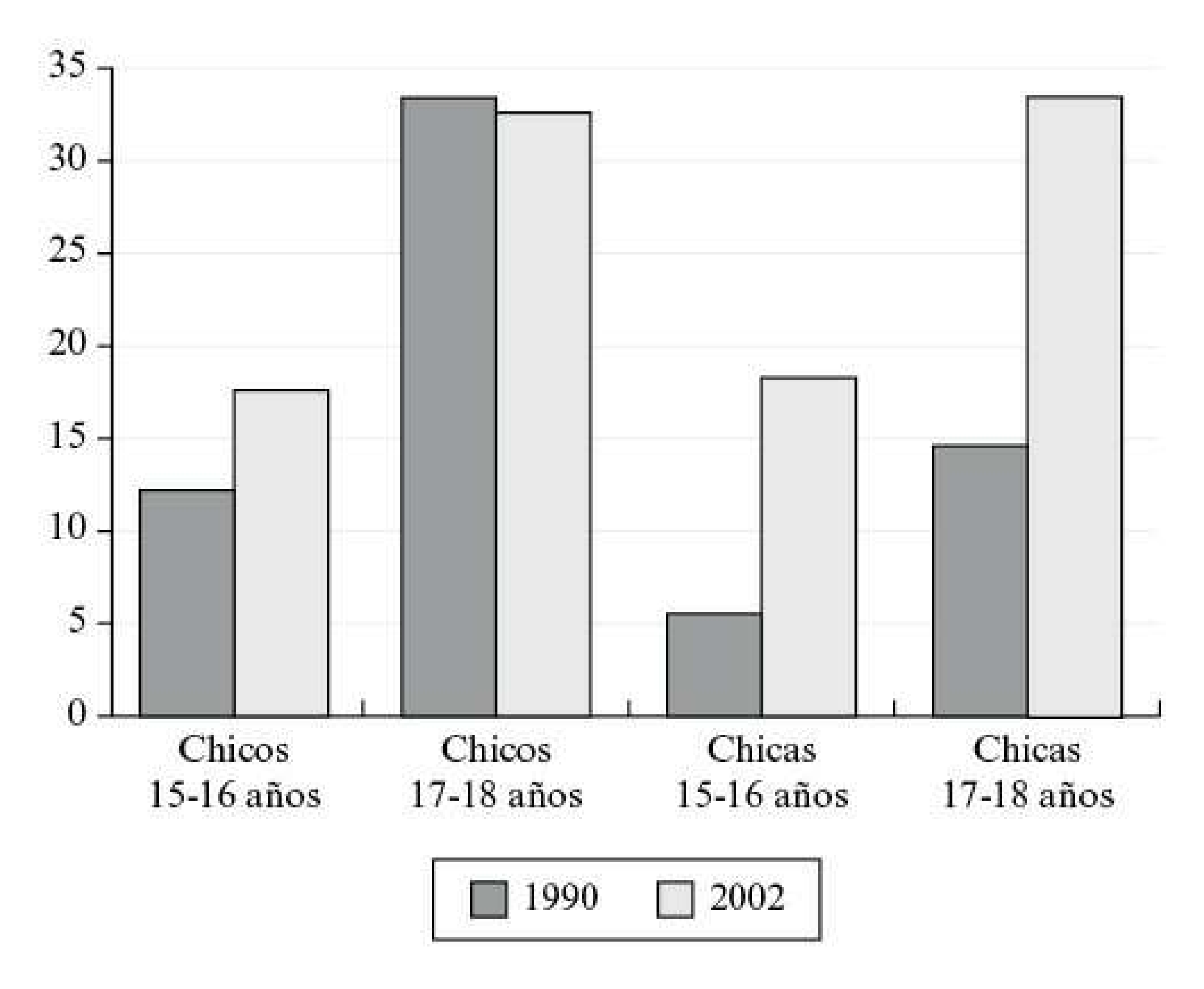


Figura 8.1.—Porcentajes de adolescentes que reconocen haber tenido relaciones sexuales coitales, comparando datos de 1990 y 2002. (Fuente: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2007.)

Como elemento de comparación véanse estos datos obtenidos en 2001 en Estados Unidos A los 15 años habían tenido relaciones sexuales completas el 34 por 100 de los adolescentes; a los 16, el 41 por 100; a los 17, el 52 por 100, y a los 18, el 60,5 por 100 [3]. El porcentaje medio de varones (48,5 por 100) era algo superior al de mujeres (43 por 100), pero escasamente. Comparados con los adolescentes rurales, son más los urbanos que han mantenido relaciones coitales (33 por 100 por 58 por 100). El 6,6 por 100 de los adolescentes habían iniciado relaciones sexuales antes de cumplir los 13 años de edad.

Dejando de lado tales comparaciones, informes de 2002 señalaban que, en España, a los 15 años de edad ya habían mantenido relaciones sexuales 14,8 por 100 de las chicas y 18 por 100 de los chicos. Las edades medias en que habían mantenido su primera relación sexual eran 14,5 años las chicas y 14,2 años los chicos, prácticamente iguales [4]. En otros países de nuestro entorno estas edades son inferiores, especialmente en

Francia donde la edad promedio es de 13,9 años para los varones y 13,5 para las muchachas. Obsérvese que, al tratarse de edades medias, hay un número importante de menores que sostienen relaciones coitales a los 11, 12 y 13 años...

Sin embargo, no toda la actividad sexual genital adolescente consiste en relación con penetración. Una encuesta de Estados Unidos, realizada con chicos de 15 a 19 años, ilustra bastante bien la variedad de tal actividad [5]. Coitos vaginales habían sido practicados por el 55 por 100; 55 por 100 habían sido masturbados por una mujer; 49 por 100 habían sido objeto de sexo oral; 39 por 100 habían practicado activamente sexo oral, y 11 por 100 habían practicado alguna vez sexo anal.

Los estudios disponibles en la literatura dan cuenta de resultados no siempre coincidentes, aunque las tendencias generales puestas de manifiesto sí tienden a serlo. Un equipo de la Universidad de Granada ha publicado un trabajo realizado en 2008 con una población de chicos y chicas adolescentes, españoles y latinoamericanos residentes en España, de 15-16 años de edad [6]. Un 23 por 100 no habían tenido contactos sexuales hasta ese momento. Contactos sexuales sin penetración fueron reconocidos por el 41,8 por 100, habiendo tenido el primer contacto de este tipo a una edad media de 12,9 años. A los 15-16 años de edad habían mantenido estos contactos íntimos con 4,2 parejas como promedio. Un 35,2 por 100 había sostenido relaciones sexuales con penetración, en 21 por 100 de los casos con pareja ocasional.

El debut sexual suele tener lugar bajo motivaciones algo distintas según se trate de chicos o chicas. Antes de los 15 años las chicas tienden a tener su primera relación sexual tras haber sido presionadas por sus parejas, por tener amigas que sostienen relaciones sexuales, por curiosidad o por desear sentirse mayores. A partir de los 17 años la primera relación sexual suele ser consecuencia de estar enamoradas o sentirse atraídas físicamente por su pareja [7]. En lo que concierne a los varones de 13 a 18 años, 13 por 100 señalan que realizaron su primer coito presionados por sus amigos. En Estados Unidos tres de cada cuatro chicas que han tenido relaciones sexuales antes de los 14 años y 60 por 100 de las que las han tenido antes de los 15 reconocen que han incurrido en ellas involuntariamente [8].

Es interesante analizar algunos datos sobre la actividad sexual de muchachas situadas en la etapa final de la adolescencia. En Girona se ha estudiado una muestra de chicas de 16 a 19 años de edad [9]. Un 57,7 por 100 ha revelado haber mantenido relaciones sexuales. La mitad de ellas reconocen haber tenido más de una pareja sexual.

En una obra en la que hemos subrayado la importancia que el vestido tiene para la imagen corporal no podemos obviar un hecho muy evidente. En el contexto de la heterosexualidad, la elección del vestido, especialmente por parte de las muchachas adolescentes, en parte está determinada por el atractivo sexual que supuestamente va a suscitar. Es una forma de intentar ejercer poder sexual (y, por tanto, social). Por supuesto, ese atractivo sexual, ese ser (o estar) *sexy* no es un simple atributo del tipo de vestido que lucen, sino también de la forma de llevarlo y de la postura, movimiento y

actitud generales del cuerpo. En este ámbito cuenta la imitación de mujeres popular y convencionalmente *sexys,* habitualmente estrellas cinematográficas o de la música *pop.* Seguir a Britney Spears, Jennifer López o Paris Hilton supone llevar vaqueros por debajo de la cintura, sostenes con tirantes visibles, escotes pronunciados, camisetas ajustadísimas, *tops* que descubren parte del tórax, bragas que se estrechan e insinúan, etc.

Sin embargo, junto a esta difusión de tantas conductas hipersexualizadas, en las últimas décadas han aparecido y se han desarrollado algunos movimientos que parecen prolongar el puritanismo sexual de épocas anteriores. Por ejemplo, en Estados Unidos, en el inicio de los años noventa, alcanzó una cierta difusión un movimiento cuyos seguidores, adolescentes y jóvenes, manifestaban su decisión de mantenerse vírgenes hasta el matrimonio mediante los llamados *brazaletes de la abstinencia,* brazaletes que llevaban grabado «Vale la pena esperar». También pueden utilizar ciertos anillos y collares como signos manifiestos. Las muchachas llevan este género de joyas más a menudo que los varones. En círculos fundamentalistas y evangélicos americanos la virginidad femenina a veces todavía se considera como un regalo o trofeo cultural. En bastantes países anglosajones (Estados Unidos, Canadá, Gran Bretaña, Australia, Nueva Zelanda...) se organizaban y siguen organizando *reuniones de castidad,* en las que conferenciantes adultos, generalmente iconos influyentes de música *pop* o deportistas profesionales, pronunciaban emotivos discursos y presentaban a grupos de adolescentes testimonios que les justificaran e incentivaran la preservación de su preciada virginidad. Pero no todos los seguidores de este movimiento interpretan igual el concepto de «abstinencia». Para algunos significa la abstención de todo tipo de conducta o pensamiento sexual; para otros, tan sólo la evitación de relaciones sexuales completas.

8.2. CONDUCTAS SEXUALES DE RIESGO Y SUS CONSECUENCIAS

La primera conclusión a la que se llega revisando la información histórica y actual disponible es que el progresivo notable descenso de la edad en que los adolescentes inician su actividad sexual es un fenómeno generado por la coincidencia de factores biológicos madurativos y cambios psicosociales de gran trascendencia. Pero, al margen de sus causas, el *inicio temprano de la actividad sexual* tiene documentadas una serie de posibles consecuencias negativas que lo convierten en un importante factor de riesgo tanto para chicos como para chicas [10, 11]:

— Embarazos y abortos adolescentes.
— Adquisición y difusión de enfermedades de transmisión sexual.
— Actividad sexual frecuente y parejas sexuales múltiples.

— Absentismo escolar y reducción del rendimiento y de las aspiraciones académicas.
— Consumo de tabaco, alcohol y drogas, así como conducta ilegal.
— Menor frecuencia en el uso del condón en las primeras relaciones (aunque parece haber disminuido este riesgo en los últimos años).

A todo ello hay que añadir una importante cantidad de riesgos emocionales y psicosociales. En lo que concierne a las enfermedades de transmisión sexual, ya se puso de manifiesto en el ya lejano 1985 que las chicas adolescentes, comparadas con las mujeres de otras edades, presentaban la tasa más elevada tanto de enfermedades de transmisión sexual como de gonorrea, citomegalovirus, clamidia, cervicitis y enfermedad pélvica inflamatoria [12]. La prevalencia de enfermedades de transmisión sexual en muchachas adolescentes era la tercera, tras las de varones homosexuales y prostitutas. Además, en la década de los noventa ya se sabía que el sida, en los países desarrollados, era la sexta causa de muerte de adolescentes, estimándose en 1 por 500 la cantidad de adolescentes entonces infectados, proporción que ascendía a 1 por 40 cuando el estudio se realizaba en comunidades deprimidas socioeconómicamente [13].

Los expertos indican que el inicio de la actividad sexual antes de los 14 años conlleva dos veces más incidencia de todas estas enfermedades que cuando se produce después de los 17 años. La Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (AEPAP) ha señalado que en los últimos años el temor al sida posiblemente esté produciendo algún cambio en la conducta sexual de nuestros adolescentes, retrasando la edad de debut sexual de las chicas, pero no la de los varones.

Algunos de los múltiples factores que facilitan la precocidad en el inicio de relaciones sexuales completas parecen situarse incluso en la etapa prepuberal. Por ejemplo, las niñas que, durante el período que transcurre desde el jardín de infancia hasta los 10 años de edad, son rechazadas por sus compañeros o compañeras tienden a practicar tempranamente su primer coito [14]. Seguramente esta asociación sea indirecta al estar muy mediatizada por sufrir una baja autoestima. Este fenómeno no se da en los varones. Asimismo, la violencia verbal ejercida por maestros durante la infancia se asocia directamente a un mayor riesgo de relaciones sexuales precoces, aunque también lo hace indirectamente por su asociación a comportamientos delictivos y a los ambientes sociales en que suelen tener lugar.

Diversos especialistas se han planteado la relación que pudiera haber entre insatisfacción corporal y edad de debut sexual. Se ha observado que los varones adolescentes jovencitos tienden a practicar su primer coito asociadamente a sentirse satisfechos por su cuerpo, soliendo copular precozmente si se consideran más atractivos que sus compañeros [15]. En cambio, las chicas de 14-17 años sin experiencia sexual acostumbran a sentirse más satisfechas por su cuerpo que las que ya han mantenido relaciones sexuales completas. Por tanto, parece que la satisfacción corporal es, para las muchachas, un factor de protección respecto de relaciones sexuales precoces, mientras

incentiva conductas sexuales de riesgo en los adolescentes varones. Sin embargo, en las chicas esta relación entre el grado de satisfacción corporal y el debut sexual está muy mediatizada por la existencia o no de relación romántica con su pareja.

Aunque no existen estudios dedicados al tema, sexólogos y pedagogos están de acuerdo en señalar la influencia de la pornografía, no sólo en la precocidad de las relaciones sexuales, sino también en el tipo de conductas en ellas implicadas, así como en las preocupaciones suscitadas por todo ello. Ver películas porno es ya una costumbre bastante normalizada. Se supone que su visión facilita el desarrollo de una sexualidad más *genitalizada* e incluso más machista, con el riesgo de estar cada vez más desprovista de sensualidad y erotismo y, por supuesto, de afecto.

La no utilización de procedimientos anticonceptivos es otro problema en parte asociado al anterior. Es preocupante el tiempo transcurrido entre el comienzo de las relaciones sexuales con penetración y la utilización de métodos anticonceptivos seguros por parte de muchos adolescentes. Una encuesta realizada por una multinacional farmacéutica ha puesto de manifiesto que ese período de tiempo es de 3 meses en el 50 por 100 de los adolescentes que han mantenido ese género de relaciones sexuales, de 12 meses en el 21,5 por 100, y de más de un año en el 28,5 por 100. Por su parte, la AEPAP ha subrayado que el *coitus interruptus* o «marcha atrás» es el método más utilizado en las primeras relaciones sexuales puberales. Se trata de una práctica que no es eficaz para evitar embarazos y no protege de las enfermedades de transmisión sexual. Se sabe que en general el preservativo fracasa en el 2-10 por 100 de los usuarios, pero en los adolescentes alcanza hasta el 14 por 100 por un mal uso del mismo.

Sin embargo, el uso del preservativo en la primera relación sexual ha ido aumentando significativamente en los últimos años. En efecto, una encuesta del Instituto Nacional de Estadística ha revelado recientemente un cambio radical intergeneracional, puesto que la población actual de 40-49 años sólo había utilizado el preservativo en su primer coito en el 31,5 por 100 de los casos, mientras el grupo de 18-29 años lo había utilizado en el 70,6 por 100. De hecho, datos del año 2008 indican que el 90,5 por 100 de las chicas y los chicos españoles de unos 15 años de edad habían utilizado algún procedimiento anticonceptivo durante su primera relación sexual [6].

Pero estos porcentajes se reducen cuando ya no se trata del primer coito y, por tanto, el adolescente va ganando confianza. En el último estudio citado, cuando se preguntó por la conducta seguida en el último contacto sexual, no en el primero, 13,8 por 100 no habían utilizado ningún tipo de práctica anticonceptiva. Otra encuesta realizada con adolescentes de 14-18 años ha puesto de manifiesto que 10,2 por 100 de los chicos y 11,6 por 100 de las chicas no habían utilizado preservativo en las relaciones sexuales mantenidas durante los últimos seis meses [16]. Estos porcentajes corresponden a coitos vaginales. Pocas veces se investiga qué sucede o se practica en otro género de relaciones sexuales. La citada encuesta puso de manifiesto que 18 por 100 de los varones y 39 por 100 de las muchachas nunca habían utilizado preservativo en sus coitos anales

practicados en el último medio año. Tampoco lo hicieron 59,5 por 100 de los chicos y 76 por 100 de las chicas en sus masturbaciones bucales. Las relaciones sexuales no vaginales no pueden dar lugar a embarazos, ciertamente, pero sí a enfermedades de transmisión sexual. A pesar del aparente incremento de actividad sexual oral entre adolescentes, la mayoría suele desconocer sus riesgos. Ha sido y es el temor al embarazo la motivación central, casi exclusiva, del uso de procedimientos anticonceptivos. Si tales procedimientos se limitan a la ingestión de pastillas anticonceptivas, sin uso de preservativo, el riesgo de enfermedades no queda anulado.

La contracepción de emergencia («píldora del día siguiente») está evitando muchos embarazos indeseados, pero su creciente uso pone de manifiesto la imprudencia de muchas relaciones sexuales adolescentes. En alumnas de bachillerato se ha observado que el 29,6 por 100 de las activas sexualmente habían utilizado la píldora poscoital [9]. El 37,5 por 100 de éstas habían recurrido a ella repetidas veces. Su consumo se asocia al número de parejas sexuales.

Es obvio que el inicio de la actividad sexual guarda relación con los cambios hormonales de la pubertad. En ellos se basan tanto la excitabilidad como la motivación sexuales. Pero son muchos otros los factores que influyen en el comportamiento sexual adolescente. Así, fumar precozmente es un buen indicador de relaciones sexuales también precoces, a los 12 años de edad, lo que sugiere la importancia de los ambientes y compañías que facilitan ambos comportamientos. Asimismo, casi el 20 por 100 de los adolescentes estadounidenses reconocen que han tenido contactos íntimos de índole sexual bajo la influencia de alcohol o drogas, contactos que no habrían tenido en otras circunstancias [17]. En población adolescente española asciende al 35 por 100 el porcentaje de los que reconocen haber sostenido relaciones sexuales durante los últimos seis meses bajo efectos de alguna sustancia psicoactiva [6].

Es éste un caso claro de los efectos multiplicativos del riesgo contraído por los adolescentes al practicar ciertas conductas problemáticas. Dicho de modo redundante: incurrir en una conducta de riesgo aumenta la probabilidad de incurrir en otras conductas de riesgo. Éste puede ser un ejemplo ilustrativo: tener varias parejas sexuales (conducta de riesgo) está asociado a consumir alcohol, tabaco o marihuana, enzarzarse en peleas físicas o incluso llevar armas (en Estados Unidos) [18]. Otro ejemplo es que, incluso en adolescentes varones activos sexualmente, esta actividad, especialmente si es muy promiscua y, sobre todo, si implica parejas sexuales de ambos sexos, suele asociarse a la práctica de dietas restrictivas y otras conductas alimentarias problemáticas [19]. Bien es cierto que, cuando esta asociación se produce, suele tratarse de muchachos/as con problemas emocionales y escasa vinculación familiar.

8.3. RELACIONES SEXUALES CON MAYORES

Con cierta frecuencia sucede que chicas adolescentes establecen relaciones románticas y sexuales con parejas de edad significativamente superior a la suya. Tanto los factores que las motivan o empujan a tales relaciones como las consecuencias que han de afrontar por tenerlas determinan múltiples riesgos, tanto físicos como emocionales. Es un problema que en contadísimas ocasiones se da en adolescentes varones.

En general, los adolescentes que tienen relaciones sexuales con parejas de edad claramente superior a la suya, comparados con quienes las mantienen con parejas de su edad, presentan mayor riesgo de embarazos y de enfermedades transmitidas sexualmente. Una razón básica de que esto ocurra radica en la diferencia de poder o ascendencia psicológica que se establece entre personas de diferente edad o etapa del desarrollo. Esta diferencia dificulta o impide al adolescente «negociar» libremente su conducta sexual (y no sexual). Las muchachas adolescentes con pareja de mayor edad tienden a utilizar menos recursos contraceptivos, incluyendo el preservativo, y a hacerlo de manera menos sistemática tanto en sus primeras relaciones sexuales como en las siguientes [20].

¿Qué factores pueden influir en que una adolescente se entregue a este tipo de relación y qué factores pueden dificultar que lo haga? Se ha buscado una respuesta a esta pregunta mediante un estudio longitudinal realizado con más de 6.000 chicas adolescentes [20]. Se consideró que sus parejas sexuales eran «mayores» si tenían por lo menos tres años más de edad que las muchachas. Casi un tercio de las chicas habían tenido sus primeras relaciones sexuales con varones mayores. Comparadas con las chicas que tenían relaciones sexuales con varones de su edad, quienes las tenían con mayores se distinguían por tener menos años, haber nacido en otro lugar (inmigrantes), tener padres con nivel de estudios bajo, estar integradas en una red de amigos mayores y asistir a un centro escolar con alumnos de muy diferentes edades. El estudio también concluyó que los adolescentes de menor edad corren más riesgo de sufrir presiones para tener relaciones sexuales con mayores.

8.4. EMBARAZOS ADOLESCENTES

La maternidad, o paternidad, adolescente es una de las consecuencias posibles de la actividad sexual practicada en una fase del desarrollo que ya implica fertilidad. Hasta finales de los años sesenta la maternidad (o paternidad) adolescente suscitaba escasos comentarios públicos. En épocas relativamente remotas no eran infrecuentes ni mucho menos los embarazos juveniles planificados y decididos explícitamente. Desde los aludidos años sesenta las tasas de embarazos adolescentes más bien parecían declinar gracias a que los adolescentes cada vez contaban con más y mejor información, junto

con una progresiva disponibilidad de recursos contraceptivos. Paralelamente se iba estableciendo una mayor permisividad social y legal del aborto en la mayor parte de los países desarrollados. Sin embargo, los datos recopilados en los últimos años no permiten ser optimistas en esta cuestión.

En Estados Unidos, aunque últimamente parece haber disminuido algo el número de embarazos adolescentes, se siguen produciendo cambios preocupantes, por ejemplo, que el número de nacimientos de madres adolescentes solteras haya pasado del 15 por 100 en 1960 al 75 por 100 en 1995 [10].

En España, informes del Ministerio de Sanidad y del CSIC referidos a 2005 señalaban que el 99 por 100 de los embarazos adolescentes no eran deseados [21]. En ese año fueron 9.600 menores de edad las españolas que resultaron «sorprendidas» por un embarazo, 8 por 100 más que en el año anterior, recurriendo al aborto 5.504 de ellas. Un hecho alarmante es que, en 2006, 1.458 muchachas de 15 a 19 años decidieron interrumpir un embarazo indeseado por segunda vez en sus vidas (en 1994 fueron 500). Es un número que supone más del 11 por 100 de todas las que abortaron a esas edades. Pero hay más: 177 ya habían abortado anteriormente dos veces, 24 tres veces, y 8 cuatro veces. Así pues, son bastantes las muchachas cuyas malas experiencias no suponen aprendizaje. Estos mismos informes también revelan que, en sus relaciones sexuales, uno de cada siete adolescentes sustituye el preservativo por la arriesgada «marcha atrás».

Los datos del Ministerio de Sanidad y Consumo confirman el progresivo aumento de embarazos durante la adolescencia, es decir, de embarazos indeseados. En un período de 10 años estos embarazos casi triplicaron su frecuencia, pasando de 4,9 por 100 en 1996 a 11,5 por 100 en 2005. Complementariamente la AEPAP ha puesto de manifiesto que en la actualidad unas 18.000 chicas españolas menores de 19 años quedan embarazadas cada año, 7.000 de las cuales deciden interrumpir la gestación. De estas embarazadas, unas 800 tienen entre 11 y 15 años de edad, abortando la mitad de ellas. Estos datos suponen que en España hay cada día una muchachita abortando y otra dando a luz... Además, la proporción de adolescentes embarazadas españolas que decidieron abortar pasaron de 36,6 por 100 en 1995 a 49,6 por 100 en 2005. Complementando estos datos, y haciendo referencia a chicas españolas de 15 a 19 años de edad, el Ministerio de Sanidad ha revelado que los 4.979 abortos registrados en 1990 se convirtieron en 9.204 en el año 2000 y en 14122 en el 2010.

De las 14.000 menores que abortaron en el año 2008, 350 reconocieron no saber cómo evitar un embarazo no deseado. La presencia de muchachas inmigrantes ha empeorado las cosas puesto que ya dan lugar a 33 por 100 de los abortos, siendo su nivel de información sobre procedimientos anticonceptivos claramente inferior al de las españolas. En 2009 el Ministerio de Sanidad cifró en 456 los abortos practicados en chicas menores de 15 años. En menores de 13 años fueron 77. Un informe de Clínica Dator señala que el 52 por 100 de las muchachas que acuden para abortar no conocen

bien los métodos anticonceptivos, 12,5 por 100 de las españolas no los utilizan nunca y 39 por 100 de las extranjeras tampoco [22].

Los embarazos, muchos o pocos, con aborto o sin él, constituyen un evidente problema para la salud física y mental de las adolescentes. Una ginecóloga especializada en la atención a estas menores embarazadas describe tres escenarios en los que germinan tales embarazos: Las primerizas «llevan mal lo del preservativo, no lo saben poner, les da vergüenza comprarlo, o les dan una cita en planificación que se demora». Las ingenuas «confían mucho en su pareja y en su *marcha atrás*». Otras, incomprensiblemente, «se limitan a decir que no creían que podían quedar embarazadas; son las más jóvenes, creen que tienen una especie de protección mágica» [46].

Si el embarazo prematuro acaba en un parto normal, a los problemas propios de la etapa adolescente, se suman los propios del embarazo, la maternidad (y la paternidad), un posible matrimonio también prematuro, nuevas responsabilidades económicas y psicosociales... Se trata de una situación estresante compleja y larga, susceptible de afectar peligrosamente a la madre. Los embarazos adolescentes suponen un importante fracaso formativo e informativo de nuestra sociedad. A estas alturas de la historia, en pleno siglo XXI, bastantes de nuestros adolescentes todavía carecen de criterios e informaciones fidedignos y válidos que les permitan un sano ejercicio de la sexualidad.

En Gran Bretaña se realizó una investigación para estudiar precursores y consecuencias de la maternidad adolescente en dos muestras de mujeres diferenciadas en 12 años por sus fechas de nacimiento (1946 y 1958) [23]. Las tasas de maternidad adolescente fueron semejantes en los dos grupos. En ambos grupos las mujeres con mayor riesgo de maternidad temprana procedían desproporcionadamente de niveles socioeconómicos bajos y de grupos con mal rendimiento escolar y muy bajas calificaciones académicas. Las evaluaciones del profesorado no revelaban la presencia de problemas emocionales, pero sí de comportamientos problemáticos.

El mismo estudio puso de manifiesto las consecuencias a largo plazo de la maternidad adolescente: rupturas conyugales, multiplicidad de parejas, falta de apoyo actual de la pareja, familias numerosas y escasa probabilidad de que la madre sea propietaria de la vivienda. Las nacidas más tarde, en 1958, tenían muchas más probabilidades de sufrir problemas en su vida adulta, especialmente de salud mental. Todos estos problemas parecen guardar relación no tanto con el embarazo, sino muy especialmente con sus consecuencias estresantes y desadaptadoras.

Según sea la edad de la madre adolescente, así varía la probabilidad de que el hijo resulte afectado. En un grupo de madres adolescentes, con hijos de 9 a 12 meses de edad, las más jovencitas, comparadas con las mayores, manifestaban menos aceptación del niño, se mostraban menos accesibles, sensibles y cooperadoras, y se comunicaban verbalmente con su hijo de manera más negativa [24]. En general, las madres adolescentes se comunican menos con sus hijos que las madres adultas.

Una serie de madres adolescentes fueron entrevistadas durante el embarazo, al nacer

su bebé y, más adelante, a los 7 y 12 años de éste [25]. Aquellas que se mostraban coléricas, enrabiadas, durante el embarazo, transcurridos 12 años, habían vivido más conflictos con sus parejas y habían tenido más parejas que las madres no encolerizadas. Por otro lado, los conflictos de pareja, más que los cambios de pareja, predecían comportamiento oposicionista y colérico en los niños. La ira de la madre durante el embarazo predecía que estuviera encolerizada 12 años después, pero no pronosticaba conducta oposicionista por parte del niño. Estos datos permiten intuir la complejidad de estas situaciones. Ciertas características de personalidad de la madre adolescente implican riesgos para sus hijos, ya que quedan expuestos a circunstancias conflictivas, estresantes, provocadas por esas características maternas.

Una parte de este comportamiento emocionalmente desequilibrado de muchas madres adolescentes guarda relación con el hecho de sufrir un trastorno depresivo durante su embarazo y después de él. Las circunstancias que dieron lugar a la concepción, el estrés físico y psicosocial del embarazo y el parto, y las responsabilidades maternas inmediatas, constituyen una poderosa situación estresante que fácilmente conduce a reacciones depresivas. Se entiende así que alrededor de la mitad de las adolescentes embarazadas, especialmente si son de clase social baja, suelan padecer un trastorno depresivo [26]. Estas muchachas, embarazadas y depresivas a la vez, tienden a quedar embarazadas de nuevo alrededor de once meses después. Es decir, la depresión actúa como un factor independiente de riesgo para un nuevo embarazo.

Es muy poco lo que se investiga y se sabe acerca de los *padres,* varones, adolescentes. Se afirma que su presencia o ausencia puede ejercer un impacto muy significativo sobre la madre y el hijo, especialmente si puede constituirse como apoyo o agente reductor del estrés generado por la situación. Al parecer, en estos casos alrededor del 80 por 100 de los padres atienden y cuidan de algún modo a sus bebés [27]. Recordemos que cuanta menos edad tiene la madre tanto más probable es que el padre sea significativamente mayor que ella.

8.5. CONDUCTA SEXUAL ABUSIVA

En la literatura científica, y en la sociedad, desde hace largo tiempo se viene concediendo una gran y merecida atención al abuso sexual infantil y a sus consecuencias. Pero son contadísimos los estudios y es casi nula la preocupación social en lo que concierne al comportamiento sexual abusivo realizado por menores, especialmente adolescentes. Los escasos datos sobre prevalencia de este comportamiento señalan que entre el 30 y el 50 por 100 de los casos de abuso sexual son perpetrados por menores de 21 años [28]. De hecho, se considera que una cuarta parte de los abusos sexuales

sufridos por niños corren a cargo de otros niños o adolescentes.

Vizard ha publicado una revisión de este tema, algunos de cuyos datos resumiremos aquí [29]. Las características de los menores abusadores sexuales son muy semejantes a las observadas en abusadores adultos. Los abusos sexuales, al igual que los no sexuales, practicados por adolescentes y por adultos tienen en común un hecho básico: el ejercicio de poder por parte del abusador y la consiguiente humillación de la víctima. En los menores que delinquen, sexualmente o de otro modo, la presencia de problemas emocionales y conductuales, incluyendo comportamiento antisocial, es absolutamente mayoritaria. Alrededor de la mitad de los menores abusadores sexuales reciben un diagnóstico de trastorno de conducta propiamente dicho. Es curioso que también presenten una notable prevalencia de trastornos de la lectura.

Existe una evidente asociación entre haber sido víctima infantil de abusos sexuales y perpetrar posteriormente este género de abusos con niños o adolescentes. Pero no todos los menores abusadores han sido víctimas de abuso sexual, ni todas las víctimas de abusos sexuales se convierten en abusadores.

Alrededor de la mitad de los adultos que incurren en delitos sexuales los han iniciado antes de los 18 años de edad. Así pues, esta ominosa evolución es uno de los riesgos que corren los abusadores adolescentes. Pero no todos ellos. Eso es lo que ha concluido un estudio australiano realizado con más de 300 varones adolescentes practicantes de distintos tipos de abuso o agresión sexual, evaluados 7-8 años después [30]. Se halló que 26 por 100 habían reincidido en tales prácticas antes de cumplir los 18 años, pero sólo 9 por 100 lo hicieron durante la etapa adulta.

8.5.1. Causas del cambio en la conducta sexual de los adolescentes

Todo lo expuesto en los dos últimos capítulos pone de manifiesto claramente los extraordinarios cambios, la contundente evolución que la conducta sexual de la inmensa mayoría de los adolescentes ha experimentado en las últimas décadas. Es patente que esos cambios todavía están siendo más radicales en las chicas que en los varones.

Las causas de todo ello son muy complejas. Los cambios en actitudes, comportamientos y sentimientos relacionados con el sexo son consecuencia de muchos otros cambios históricos, sociales y culturales, arquitectos de unas circunstancias en cuyo seno la sexualidad ya no podía seguir siendo lo que había sido hasta ese momento. La mayor parte de los factores influyentes en este proceso han sido descritos, insinuados o aludidos en capítulos anteriores. Aquí los agruparemos y resumiremos muy brevemente.

La prematuridad de la maduración puberal centra una parte de la cuestión. Los adolescentes, y con toda seguridad las adolescentes, inician hoy sus cambios puberales mucho antes que en épocas anteriores. En poco más de cien años la menarquia ha pasado de hacer su aparición hacia los 15-16 años a hacerlo alrededor de los 12. Se supone que los varones han experimentado una evolución semejante. Este fenómeno

implica que la «explosión» hormonal puberal, responsable de la exacerbación del interés y el impulso sexuales, está teniendo lugar cada vez más tempranamente. Por tanto, los y las adolescentes actuales, comparados con los de décadas anteriores, teniendo menos experiencia, presentando un menor desarrollo de las funciones neurofisiológicas para el control de impulsos y percibiendo mucha más estimulación sexual ambiental, experimentan mucho antes las sensaciones y atracciones que facilitan una serie de comportamientos impensables en otros tiempos a tales edades.

Esa progresiva prematuridad cronológica de la maduración puberal sería muy poco relevante para la conducta sexual si no se produjera en un medio sociocultural que también ha experimentado, paralelamente, una serie de importantísimos cambios que han pergeñado una concepción del sexo y la conducta sexual radicalmente distinta de la dominante hasta aproximadamente los años sesenta o setenta. Por lo menos en nuestro mundo occidental.

Aunque los cambios se han producido en el comportamiento sexual tanto de chicos como de chicas, ya hemos señalado que las modificaciones experimentadas y manifestadas por estas últimas han sido mucho más espectaculares. En realidad, son paralelas a las experimentadas por las mujeres adultas. No hay duda de que los avances del feminismo, los logros en la equiparación social de la mujer con el varón, la difusión de la igualdad de derechos de todo orden, incluyendo los sexuales, entre ambos géneros, son otros tantos hitos que han permitido homogeneizar expectativas y conductas sexuales de unos y otras. La virginidad femenina ha dejado de existir como condición imprescindible para que una jovencita dé una buena imagen social y tenga una satisfactoria autoimagen. Los adolescentes varones mantienen relaciones sexuales mucho más a menudo y más tempranamente que en tiempos anteriores no muy lejanos. Pero las chicas no les andan a la zaga. Es más, en las relaciones sexuales y amorosas no es infrecuente que sean ellas quienes ahora lleven la iniciativa.

Esta conducta sexual precoz, frecuente y practicada por chicos y chicas, en parte pueden llevarla a cabo porque la desarrollan en un contexto social en el que la tolerancia de los adultos se ha incrementado espectacularmente. Cada vez más padres y educadores «comprenden» o intentan comprender las relaciones sexuales que tienen o puedan tener sus hijos e hijas. Son cambios de actitud de unos adultos impregnados progresivamente por la mayor libertad de informaciones y comportamientos sexuales vigente en nuestra sociedad. Es éste un momento histórico en que padres y educadores dudan sobre su papel en esta materia educativa (y en muchas otras). Si siguen el ritmo de los tiempos deben ser tolerantes, y aunque sea a regañadientes, han de hacer la vista gorda; si controlan y prohíben, probablemente entrarán en conflicto con sus hijos, temen nadar contra corriente, y dudan de la bondad de lo que están haciendo. Paradójicamente, los padres «de antes» podían sentirse culpables por ejercer un escaso control sobre la conducta sexual de sus hijos/as; hoy son muchos los que incluso pueden albergar cierta culpabilidad por hacerlo.

Estos dilemas de los padres se desarrollan en el seno de una tumultuosa corriente que arrastra muchos otros cambios en las relaciones padres-hijos. En nuestra sociedad, a lo largo y ancho del siglo XX estas relaciones fueron modificándose poco a poco en el sentido de irse reduciendo progresivamente la supervisión y control generales que los padres ejercían sobre sus vástagos. Los tiempos de convivencia de unos con otros se han ido empequeñeciendo sensiblemente. Las horas que los adolescentes dedican al ocio han ido aumentando y transcurren muy mayoritariamente fuera del ámbito familiar. Nuestros adolescentes disponen cada vez de más dinero, multiplicándose así las ocasiones de conseguir una gran cantidad y variedad de gratificaciones al margen de la familia. El creciente número de familias monoparentales, desestructuradas y reestructuradas no ha hecho sino potenciar los déficits de control adulto sobre los adolescentes.

Cuando se estudian los comportamientos sexuales problemáticos de los adolescentes, se constata que todos los factores implicados en la génesis de muchas conductas de riesgo son prácticamente los mismos que influyen en aquéllos [1]. Así, la conflictividad familiar, los errores educativos, la ausencia de vinculación, afecto, comunicación y supervisión familiares, etc., aumentan el riesgo de conductas tales como el inicio precoz tanto de citas románticas como de relaciones sexuales, un escaso uso de anticonceptivos y un mayor riesgo de embarazos adolescentes [31].

En general, una mala relación con los padres influye significativamente en practicar sexo de riesgo e iniciar precozmente la actividad sexual [32]. Los adolescentes que se sienten muy satisfechos por el tipo de relación que mantienen con sus padres tienen casi tres veces más probabilidades de no tener relaciones sexuales que los que se sienten insatisfechos. Unas relaciones satisfactorias también se asocian, si los adolescentes practican sexo, a una mayor probabilidad de usar procedimientos anticonceptivos y una menor probabilidad de incurrir en embarazos [33]. El papel que puede desempeñar la familia ha quedado bien ilustrado por un estudio dirigido a analizar la influencia de las madres, concretamente de las relaciones con sus hijos, en el debut sexual de éstos [34]. Se halló que, en adolescentes de 14 a 17 años, la percepción de una clara desaprobación materna de la actividad sexual era un importante factor favorecedor del aplazamiento de las relaciones sexuales. También influía en tal aplazamiento la existencia de una buena conexión madre-hijo/a, es decir, que la relación con la madre implicara calidez afectiva y supervisión. Sin embargo, en los varones, este carácter protector o disuasorio de la relación afectiva con la madre parece abandonar su efecto a partir de la adolescencia media.

Ese mismo estudio ha llegado a otra conclusión de indudable interés: las manifestaciones *explícitas* de la madre desaprobando la práctica sexual ejercen muy poca influencia sobre el adolescente en cuanto a decidir el momento de su debut sexual. En otras palabras, lo influyente es la *percepción* de desaprobación, pero siempre y cuando exista una buena relación afectiva entre madre e hijo/a. La frecuencia con que las madres hablan a sus hijos/as sobre control de natalidad y actividad sexual, así como sobre sus

posibles consecuencias negativas, no determina que éstos/as perciban la desaprobación de sus madres referida a tener relaciones sexuales.

Las *creencias religiosas,* habitualmente asociadas al medio familiar, también suelen desempeñar un interesante papel. Los adolescentes y jóvenes no activos sexualmente tienden a otorgar a la religión más importancia en sus vidas que los activos; también se sienten más vinculados a amigos a los que consideran religiosos o «espirituales». Estudiantes universitarios de primer curso sexualmente activos, pero describiéndose como muy religiosos, tienden a utilizar menos el condón que sus compañeros menos religiosos [17]. Este hecho sugiere que los adolescentes más religiosos tienden a tomar menos precauciones probablemente por desarrollar sus contactos sexuales en el ámbito de unas relaciones con sus parejas más románticas, más «confiadas».

Ciertos antecedentes o características personales ya presentes durante la infancia también suelen asociarse a actividad sexual problemática durante la adolescencia. Por ejemplo, la conducta antisocial manifestada entre los 5 y 11 años de edad aumenta la probabilidad de un debut sexual precoz, así como de practicar conductas sexuales de riesgo a partir de los 13 años de edad, es decir, en los albores de la adolescencia [32]. Por otro lado, presentar un nivel de ansiedad relativamente elevado durante la infancia reduce muy significativamente tanto la práctica ulterior de conductas de riesgo como la adquisición de enfermedades de transmisión sexual. Asimismo, una impulsividad alta se asocia significativamente a realizar un primer coito a edad temprana, haber tenido un número elevado de parejas sexuales, no utilizar anticonceptivos ni preservativos y contraer infecciones por clamidias [35].

¿Y qué decir de la influencia de la autoestima, esa característica de personalidad, un tanto etérea en su definición, que en los últimos años se cuela como factor a tener muy en cuenta en todo tipo de estudios clínicos o paraclínicos? Las chicas adolescentes sexualmente activas con autoestima nula o escasa acostumbran a iniciar precozmente su actividad sexual y a desarrollar una historia de parejas (sexuales) de riesgo, todo lo cual predice a corto plazo practicar el sexo sin protección [36]. Asimismo, las chicas que han tenido *un* compañero sexual de riesgo tienen bastantes probabilidades de presentar autoestima baja y experimentar malestar emocional. Sin embargo, haber tenido *varias* parejas sólo se relaciona con problemas emocionales (no con autoestima baja) [36]. Ahora bien, sufrir problemas emocionales aumenta el riesgo de tener múltiples parejas. En definitiva, gozar de relaciones múltiples parece mejorar o mantener la autovaloración personal, aunque los cambios de pareja resulten estresantes.

Hemos descrito suficientemente la determinante influencia que los grupos coetáneos de adolescentes ejercen sobre la conducta y actitudes de sus miembros. La sociedad actual otorga a los adolescentes innumerables ocasiones de relacionarse entre sí, compartir experiencias y actividades, compararse y modelarse, influirse mutuamente. El grupo coetáneo, los amigos y las amigas, han tomado el relevo de gran parte del potencial de influencia hasta hace muy poco ejercido por la familia. Los grupos actuales de

adolescentes son mixtos, los centros de enseñanza son abrumadoramente mixtos. La convivencia mezclada y sistemática de sexos y géneros ha conseguido una progresiva homogeneización de muchas actitudes, usos y costumbres, incluyendo, claro está, todo lo concerniente a la sexualidad. Las ocasiones de atraerse, contactar y relacionarse se han multiplicado. Este trato continuado de adolescentes de ambos sexos se hace en su mayor parte sin control directo de educadores, familiares o profesionales. Es lógico que en tales circunstancias (sumándoles todas las ya expuestas) haya aumentado la frecuencia y precocidad de relaciones amorosas y sexuales. La mayor frecuentación del trato intersexual e intergenérico ha dado lugar, entre otras consecuencias, a un mejor conocimiento mutuo, con muchos menos prejuicios, entre chicos y chicas, entre hombres y mujeres. Ello no significa que no se mantengan entre unos y otras las distancias y diferencias propias de sus distintos roles y biologías, pero el acercamiento conseguido ha sido extraordinario. La ansiedad ante el otro sexo se ha reducido notablemente, lo que entraña sin duda menos dolor, menos malestar. Por supuesto, también entraña el incremento de contactos sexuales, tolerancia de los mismos, aceptación de su búsqueda y, a veces, riesgos excesivos.

Cuando el adolescente se instala en un grupo no lo hace como si fuera una *tabula rasa*. Ya es como es, y arrastra consigo los efectos de muchas influencias, especialmente las familiares. Por ejemplo, comparando chicas adolescentes de alto riesgo por proceder de familias muy conflictivas y problemáticas con chicas de familias «normales», se ha observado que aquéllas empiezan a tener citas solitarias con chicos más precozmente, siendo más probable que ya hayan mantenido relaciones sexuales, que hayan tenido más parejas sexuales, que hayan quedado embarazadas y que hayan tenido un hijo [37]. Las chicas de alto riesgo tienden a establecer más relaciones con muchachos de conducta problemática mientras corretean por las calles con su grupo de amigos; las «normales» suelen tener relaciones con chicos en ambientes recreativos donde se manifiestan los intereses colectivos del grupo de amigos bailando, escuchando música, bebiendo o practicando un deporte. Por otro lado, las relaciones de las chicas de alto riesgo con «sus» chicos o con el grupo no sólo resultan carentes de intimidad; también se caracterizan por su subordinación.

En las chicas, cuando se controla o descarta el papel de la estructura familiar, el nivel socioeconómico, la escolaridad y la popularidad, es el grupo más cercano de amigas y/o amigos el que ejerce la mayor influencia en el momento en que llevan a cabo su debut sexual. Cuando los adolescentes se rodean de amigos y/o amigas de alto riesgo, es decir, muy problemáticos, tienen dos veces más probabilidades de tener su primera relación sexual que los adolescentes con amigos y/o amigas de bajo riesgo [32, 38].

El consumo de alcohol y drogas está asociado a tener relaciones sexuales, iniciarlas a corta edad, tener múltiples parejas sexuales y correr mayor riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual y de embarazo [39]. Por otro lado, los adolescentes más promiscuos sexualmente también son los que suelen consumir más drogas.

Aproximadamente uno de cada cinco adolescentes que ya han tenido relaciones sexuales se lamentan de haber copulado en alguna ocasión bajo la influencia de drogas o alcohol. Cuanto más sexualmente activos son a edad temprana y cuanto más alcohol y drogas consumen, tanto más riesgo corren de no utilizar condón y de contraer sida o alguna otra enfermedad de transmisión sexual.

Partiendo de estas premisas, se ha estudiado el papel que tiene el *alcohol* en la posibilidad de tener relaciones sexuales en una primera o nueva cita íntima [40]. En esas circunstancias, el contacto sexual es más probable cuando el varón ha ingerido alcohol, pero no cuando lo ha hecho la muchacha. Es decir, el conflicto percibido interactúa con los efectos del alcohol, pero la probabilidad de decidirse por tener una relación sexual sólo es elevada en los varones. En resumen, chicos y chicas, varones y mujeres, experimentan respuestas cualitativamente distintas al vivir este tipo de conflicto. En esas situaciones, los varones se sienten más impelidos a la acción, y las chicas, a la inhibición. Por tanto, el alcohol no puede ser considerado de antemano como un agente universalmente desinhibidor de la apetencia y conducta sexuales. Son muchos otros los factores que intervienen, incluyendo la importancia de los significados que el adolescente atribuye a la conducta que supone resulta afectada por el alcohol.

Se ha observado que en los adolescentes que reciben asistencia psiquiátrica el consumo de drogas y/o alcohol no parece influir directamente en la práctica de conductas sexuales de riesgo [41]. Lo que sí se asocia a tales conductas es, una vez más, la influencia del grupo coetáneo y la permisividad de los padres, pero *sólo* en los adolescentes que consumían drogas y/o alcohol. De hecho, la influencia de amigos y compañeros explicaba el 21 por 100, y la permisividad de los padres, el 13 por 100 de la varianza de la conducta sexual arriesgada de los adolescentes consumidores. En los no consumidores ambas influencias sólo explicaban menos del 1 por 100. Así pues, los efectos desinhibidores de las drogas interactúan con influencias sociales muy cercanas al individuo para facilitarle o no la práctica de conductas sexuales de riesgo.

En la literatura científica abunda la documentación que ilustra la relación existente entre sufrir estrés agudo o situaciones traumáticas en la infancia y la aparición posterior de una elevada frecuencia de comportamientos sexuales de riesgo, problemas de conducta y delincuencia. La asociación entre trauma infantil, conducta sexual de riesgo y delincuencia resulta especialmente penosa para las chicas dadas las peligrosísimas consecuencias que para su salud física y mental suelen tener ese género de circunstancias: elección de parejas antisociales, promiscuidad sexual, embarazos precoces, violencia doméstica, abandono de la escolarización, dificultades económicas, transmisión intergeneracional de la conducta asocial, etc.

Mucho se ha discutido sobre la relación entre depresión y conducta sexual de riesgo. Siendo el tema muy complejo, los estudios disponibles no permiten aclarar la naturaleza de tal relación, pero la relación existe. Veamos un ejemplo: estudiados más de 20.000 adolescentes finlandeses con experiencia sexual y de una edad media de 15,5 años, se

halló que tanto en chicos como en chicas los síntomas depresivos aumentaban en proporción al número de parejas sexuales habidas y se asociaban a la omisión de procedimientos anticonceptivos [42]. Haber practicado un número elevado de coitos sólo correlacionaba con depresión en los varones. Es más, las chicas con cinco o más experiencias de coito tenían significativamente menos riesgo de depresión que las que sólo habían mantenido una relación sexual completa. Ello sugiere que tener múltiples parejas sexuales y no utilizar anticonceptivos puede reflejar un trastorno depresivo en adolescentes de ambos sexos.

Pero este tipo de estudios sobre depresión y conducta sexual de riesgo no revelan en qué consiste tal relación. ¿Acaso la depresión empuja a tales conductas? ¿O son éstas las que conducen a la depresión? La mayor parte de las investigaciones realizadas son transversales, pero las relaciones de causa a efecto sólo pueden aclararse mediante estudios longitudinales. En los últimos años se han realizado algunos de estos estudios utilizando, además, poblaciones de adolescentes muy numerosas y representativas. Pero a la vista de sus resultados, el panorama es confuso, y las conclusiones contradictorias. Lo único demostrado es que existe una relación manifiesta entre conducta sexual de riesgo y depresión, pero la dirección de la influencia y los factores intervinientes están lejos de estar aclarados.

Centrémonos ahora en el que posiblemente sea el factor más decisorio o influyente para explicar conductas sexuales de riesgo en adolescentes: haber sufrido abuso sexual, sea en la infancia, sea durante la propia adolescencia. Ya se ha aludido a este hecho en el apartado dedicado a las conductas sexuales abusivas de los adolescentes. Pero un comportamiento sexualmente abusivo no es la única consecuencia de haber sido víctima de abuso sexual en la infancia y/o en la adolescencia. Es muy esclarecedor lo hallado por un estudio retrospectivo llevado a cabo con cerca de 5.000 personas de unos 45 años de edad [43]. La investigación concluyó que el abuso sexual sufrido durante su infancia o adolescencia se asociaba significativamente a muy diversas conductas problemáticas posteriores:

— Precocidad en la edad del primer coito.
— Precocidad en contraer una primera enfermedad de transmisión sexual.
— Practicar el sexo sin protección anticonceptiva.
— Contraer enfermedades de transmisión sexual.
— Embarazos indeseados.
— Consumo de sustancias psicoactivas que pueden influir en la toma de decisiones de riesgo.
— Violencia sexual y física en los años adultos.

Sin embargo, no todos los adolescentes que sufrieron abuso sexual infantil incurrieron en estas conductas de riesgo, aunque la inmensa mayoría sí experimentaban algún género de irregularidad en su conducta sexual. Tras una experiencia de abuso sexual, algunos

abusados sufren un incremento del erotismo, mientras otros viven la aparición de ansiedad sexual [44]. Aquéllos desarrollan modos hipersexualizados de relacionarse con los demás. Utilizan el sexo como un medio de alcanzar objetivos, tienden a iniciar precozmente sus relaciones sexuales y corren más riesgos de todo tipo. Tales adolescentes suelen verse a sí mismos como objetos para el placer sexual de sus parejas, concediendo escasa importancia a la reciprocidad y a las preocupaciones mutuas. Por el contrario, los que desarrollan ansiedad sexual manifiestan una sexualidad disminuida, tardan más en iniciar su actividad sexual y con frecuencia tienen pocas, a menudo ninguna, parejas sexuales.

No puede olvidarse que, como indica profusamente la literatura científica, el abuso sexual está asociado a múltiples síntomas y trastornos psiquiátricos, incluyendo trastornos de personalidad. Ello sugiere que la psicopatología añadida puede intervenir o ser la responsable de todas o algunas de las conductas que acabamos de enumerar.

Los medios de comunicación difunden permanente y exhaustivamente informaciones, imágenes, modelos, incitaciones y provocaciones de carácter erótico y sexual. La cinematografía, las revistas y *magazines* dirigidos a adolescentes o a adultos/as, los programas y publicaciones dedicados al chismorreo sobre famosillos, famosillas e infelices populares de variado pelaje, e incluso muchos carteles publicitarios, consiguen dar por normales, por obvios, por públicos, comportamientos sexuales que en otros tiempos habrían sido minoritarios, sorprendentes y privados. Pero los modelos y los estímulos están ahí. La reiteración de mensajes lleva a interiorizar la «naturalidad» de muchas conductas sexuales. El adolescente que no las practica puede considerarse diferente y sufrir por ello; el que sí lo hace va a estar pensando que obra como es «normal» obrar. En otras palabras, se ha reducido extraordinariamente el valor trascendente, cuasi mágico, peculiarísimo que una relación sexual adolescente solía revestir años atrás (descontando los sentimientos de culpa a menudo asociados). Los contactos sexuales actuales acostumbran a ser más «superficiales», más frívolos; pero también menos problemáticos subjetivamente, menos conflictivos (especialmente si se toman las precauciones oportunas).

En pleno 2012 ha estallado una significativa polémica cuyo contenido ilustra suficientemente dónde puede llegar la hipersexualización no sólo de las adolescentes, sino de las niñas en general, gracias a la influencia de los medios de comunicación. La polémica se inició en Francia al publicar la revista *Vogue* fotografías de unas niñas disfrazadas de mujeres fatales, subidas en tacones de vértigo y posando en actitudes más bien eróticas. Aunque el relativo escándalo promovido por esas fotos determinó la dimisión de la directora de *Vogue,* la exhibición de *Lolitas* prepuberales ha continuado. Proliferan «modelos» de 10 y 11 años: Kaia Gerber, de 10 años, hija de Cindy Crawford, se ha convertido en la imagen de Versace; Anais Gallagher, de 11 años, hija del guitarrista de Oasis, ha suscrito contrato con la agencia de modelos Select; Lottie Moss, de 14 años, hermana de Katie Moss, y Selah Marley, de 12 años, hija de la

cantante Lauryn Hill, han fichado por la misma agencia [45].

En manos del gobierno francés obra un informe en el que la hipersexualización de los niños se define como «la sexualización de las expresiones, posturas o códigos de la vestimenta considerados como demasiado precoces» [45]. En Francia algunas escuelas de primaria se han visto obligadas a prohibir a sus alumnas los tacones altos y el maquillaje. Entre tanto algunas tiendas de lencería venden minitangas y sujetadores con relleno para niñas de ocho años...

Si ya desde la más tierna (?) infancia se promueve no sólo el culto al cuerpo, por supuesto delgado, sino también a su sexualización, subrayando el impactante éxito social que todo ello supone, ¿puede sorprender que nuestras adolescentes discurran por las sendas de riesgo por las que lo hacen?

Situados ante la oportunidad de tener relaciones sexuales, chicos y chicas reaccionan de manera distinta en función de la influencia respectiva de factores instigadores e inhibidores de tales relaciones. Éstas son las características básicas de unos y otras:

— Tanto los chicos como las chicas interiorizan prohibiciones sociales relativamente potentes contra la práctica de relaciones sexuales en un primer encuentro íntimo, lo que de hecho sólo se produce en muy contadas ocasiones (alrededor del 16-18 por 100).
— Aunque esas prohibiciones existen para ambos sexos, su fuerza o peso es mayor para las chicas que para los chicos. De hecho, a la misma edad que sus compañeros, las chicas son sexualmente menos activas, han tenido menos parejas sexuales y menos encuentros sexuales casuales, y sostienen actitudes menos permisivas ante el sexo en general y en particular ante el sexo casual. Por último, sólo las muchachas pueden quedar embarazadas, lo que es un potente inhibidor.
— Los factores instigadores de la conducta sexual en una primera cita íntima son más potentes para los chicos que para las chicas. Los varones manifiestan mayor deseo de intimidad sexual en un primer contacto, requieren menos «compromiso» afectivo para tener relaciones sexuales, y como motivo para practicar el sexo suelen citar el placer, mientras en las chicas predomina el deseo de compromiso afectivo, emocional.

Son muchos los cambios sociales, culturales, que va dejando en su camino el transcurrir de los tiempos. Algunos de ellos han afectado y afectan a la conducta sexual de los adolescentes. Es lógico que así sea y su retrato apresurado es lo que hemos intentado bosquejar.

REFERENCIAS

[1] Toro, J. (2010). *El adolescente en su mundo. Riesgos, problemas y trastornos.* Madrid: Pirámide.
[2] Meschke, L. L., Bartholomae, S. y Zentall, S. R. (2002). Adolescent sexuality and parent-adolescent processes: promoting healthy teen choices. *Journal of Adolescent Health, 31,* 264-279.
[3] Grunbaum, J. A., Kann, L., Kinchen, S. A. et al. (2002). Youth risk behaviour surveillance, United States, 2001. *Journal of School Health, 72,* 313-328.
[4] Constenla, T. (2008). El sexo adolescente se salta la seducción. *El País,* 19 de enero, pp. 30-31.
[5] Holder, D. W., Durant, R. H., Harris, T. L. et al. (1998). The association between adolescent sexual spirituality and voluntary sexual activity. *Journal of Adolescent Health, 26,* 295-302.
[6] Bermúdez, M. P., Castro, A., Madrid, J., Buela-Casal, G. (2010). Análisis de la conducta sexual de adolescentes autóctonos e inmigrantes latinoamericanos. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 10,* 89-103.
[7] Rosenthal, S. L., Von Ransom, K. M., Cotton, S. et al. (2001). Sexual initiation: predictors and developmental trends. *Sexual Transmission Diseases, 28,* 527-532.
[8] Alan Guttmacher Institute (1994). *Sex and American teenagers.* Nueva York: Alan Guttmacher Institute.
[9] Aymerich, M., Planes, M., Gras, M. A. y Vila, I. (2011). La contracepción de emergencia en chicas estudiantes de bachillerato: uso y uso reiterado en función del número de parejas sexuales. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 97,* 25-10.
[10] Savin-Williams, R. C. y Diamond, L. M. (2004). Sex. En R. M. Lerner y L. Steinberg (dirs.): *Handbook of adolescent psychology,* 2.ª ed. Hoboken, Nueva Jersey: Wiley, pp. 189-231.
[11] Stedman, L. C. (2003). U.S. educational achievement in the 20th century: brilliant succes and persistent failure. En R. P. Weissberg y H. J. Walberg (dirs.): *Long-term trends in the well-being of children and youth: issues in children's and familie's lives.* Washington: Child Welfare League of America, pp. 53-76.
[12] Cates, W. y Rauh, J. L. (1985). Adolescents and sexually transmitted diseases: an expanding problem. *Journal of Adolescent Health Care, 6,* 257-261.
[13] St. Louis, M. E., Conway, G. A., Hayman, C. R. et al. (1991). Human immunodeficiency virus infection in disadvantaged adolescents. *Journal of the American Medical Association, 266,* 2387-2391.
[14] Brendgen, M., Wanner, B. y Vitaro, F. (2007). Peer and teacher effects on the early onset of sexual intercourse. *American Journal of Public Health, 97,* 2070-2075.
[15] Kvalem, I. L., Von Soest, T., Traeen, B. y Singsaas, K. (2011). Body evaluation and coital onset: a population-based longitudinal study. *Body Image, 8,* 110-118.
[16] Faílde, J. M., Lameiras, M. y Bimbela, J. M. (2008). Prácticas sexuales de chicos y

chicas españoles de 14-25 años de edad. *Gaceta Sanitaria, 22,* 511-519.

[17] Dillard, K. (2002). Adolescent sexual behaviour. II: socio-psychological factors. *Advocates for Youth,* www.advocatesforyouth.org

[18] Valois, R. F., Oeltmann, J. E., Waller, J. y Hussey, J. R. (1999). Relationship between number of sexual intercourse partners and selected risk behaviors among public high school students. *Journal of Adolescent Health, 25,* 328-325.

[19] Ackard, D. M., Fedio, G., Neumark-Sztainer, D. y Britt, H. R. (2008). Factors associated with disordered eating among sexually active adolescent males: gender and number of sexual partners (2008). *Psychosomatic Medicine, 70,* 232-238.

[20] Manlove, J. S., Ryan, S. y Franzetta, K. (2007). Risk and protective factors associated with the transition to a first sexual relationship with an older partner. *Journal of Adolescent Health, 40,* 135-143.

[21] De Benito, E. y Belaza, M. C. (2008). El aborto se dispara. *El País,* 4 de enero, pp. 32-33.

[22] Sahuquillo, M. R. (2008). Suspenso en educación sexual. *El País,* 23 de junio, 40.

[23] Maughan, B. y Lindelow, M. (1997). Secular change in psychosocial risks: the case of teenage motherhood. *Psychological Medicine, 27,* 1129-1144.

[24] McAnarney, E. R., Lawrence, R. A., Ricciuti, H. N. et al.(1986). Interactions of adolescent mothers and their 1-year-old children. *Pediatrics, 78,* 585-590.

[25] Jenkins, J. M., Shapka, J. D. y Sorenson, A. M. (2006). Teenage mothers' anger over twelve years: partner conflict, partner transitions and children's anger. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 47,* 775-786.

[26] Barnet, B., Liu, J. y DeVoe, M. (2008). Depressive symptoms and rapid subsequent pregnancy in adolescent mothers. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, 162,* 246-252.

[27] Zuckerman, B., Winsmore, G. y Alpert, J. J. (1979). A study of attitudes an support systems of inner city adolescent mothers. *Journal of Pediatrics, 95,* 122-125.

[28] Ryan, G. (1997). Incidence and prevalence of sexual offenses committed by juveniles. En G. Ryan y S. Lane (dirs.): *Juvenil sexual offending. Causes, consequences and correction.* San Francisco: Jossey-Bass, pp. 10-16.

[29] Vizard, E. (2006). Sexually abusive behaviour by children and adolescents. *Child and Adolescent Mental Health, 11,* 2-8.

[30] Nisbet, L. A., Wilson, P. H. y Smallbone, S. W. (2004). A prospective longitudinal study of sexual recidivism among adolescent sex offenders. *Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment, 16,* 224-234.

[31] Miller, B. C. (2000). Family influences on adolescent sexual and contraceptive behavior. *Journal of Sex Research, 39,* 22-26.

[32] Ramrakha, S., Bell, M. L., Paul, C. et al. (2007). Childhood behavior problems linked to sexual risk taking in young adulthood: a birth cohort study. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 46,* 1272-1279.

[33] Dittus, P. J. y Jaccard, J. (2000). Adolescents' perceptions of maternal disapproval of sex: relationship to sexual outcomes. *Journal of Adolescent Health, 26,* 268-278.

[34] Schlegel, A. (2000). The global spread of the adolescent culture. En L. J. Crockett, R. E. Sieving, C. S. McNeely y R. W. Blum (2000): Maternal expectations, mother-child connectedness, and adolescent sexual debut. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine, 154,* 809-816.

[35] Kahn, J. A., Kaplowitz, R. A., Goodman, E. y Emans, S. J. (2002). The association between impulsiveness and sexual risk behaviors in adolescent and young adult women. *Journal of Adolescent Health, 30,* 229-232.

[36] Ethier, K. A., Kershaw, T. S., Lewis, J. B. et al. (2006). Self-esteem, emotional distress and sexual behavior among adolescent females: interrelationships and temporal effects. *Journal of Adolescent Health, 38,* 268-274.

[37] Pawlby, S. J., Mills, A. y Quinton, D. (1997). Vulnerable adolescent girls: opposite sex relationships. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 38,* 909-920

[38] Bearman, P. y Brückner, H. (1999). *Power in numbers: peer effects on adolescent girls' sexual debut and pregnancy.* Washington: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy.

[39] Wolfe, D. A., Jaffe, P. G. y Crooks, C. V. (2006). *Adolescent risk behaviors.* New Haven: Yale University Press.

[40] Cooper, M. L. y Orcutt, H. K. (1997). Drinking and sexual experience on first dates among adolescents. *Journal of Abnormal Psychology, 106,* 191-202.

[41] Donenberg, G., Emerson, E., Bryant, F. y Scott, K. (2006). Does substance use moderate the effects of parents and peers on risky sexual behaviour? *AIDS Care, 18,* 194-200.

[42] Kosunen, E., Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M. y Laippala, P. (2003). Risk-taking behaviour and self-reported depression in middle adolescence – a school based survey. *Child: Care, Health and Development, 29,* 337-344.

[43] Steel, J. L. y Herlitz, C. A. (2005). The association between childhood and adolescent sexual abuse and proxies for sexual risk behavior: a random sample of the general population of Sweden. *Child Abuse and Neglect, 29,* 1141-1153.

[44] Simon, V. A. y Feiring, C. (2008). Sexual anxiety and eroticism predict the development of sexual problems in youth with a history of sexual abuse. *Child Maltreatment, 13,* 167-181.

[45] Teruel, A. (2012). Francia pone freno a las «Lolitas». *El País,* 6 de marzo, p. 43.

[46] Constenla, T. (2007). Demasiados abortos juveniles. *El País,* 22 de diciembre, pp. 38-39.

9. Una reflexión final

La adolescencia, entendida como evolución fisiológica y anatómica pospuberal, ha existido siempre. Todos los mamíferos experimentan su pubertad y ésta extiende su evolución durante algún tiempo. Pero la adolescencia, tal como la entendemos en nuestros días, como fase del desarrollo humano que, partiendo de la infancia, conduce al individuo hasta la etapa adulta, no hace su aparición en la historia del mundo occidental hasta los siglos XVII y XVIII. Hasta entonces sólo había niños, adultos jóvenes y adultos.

No tenemos información sobre cómo percibían y juzgaban sus cuerpos los adolescentes de épocas anteriores a ésas. Todo lleva a pensar que, aun con más ardores hormonales que los adultos-adultos, los jovencitos no-niños debían considerar su apariencia física de modo similar a aquéllos. Ese revestimiento social del cuerpo que es el vestido ya hemos visto que no diferenciaba adolescentes de adultos. Todo cuanto podemos decir y pensar de éstos y de sus vestimentas o desnudeces también podemos decirlo y pensarlo de aquéllos y sus envolturas. Desde nuestro observatorio actual, resulta difícil vislumbrar diferencias entre unos y otros, incluso en conducta sexual.

Debe entrarse de lleno en los finales del siglo XVIII y, sobre todo, en el curso del XIX para que, al tiempo que se define psicosocialmente la adolescencia, se vayan consolidando algunas diferencias entre adolescentes y adultos en cuanto a actitudes, sentimientos y conductas directa o indirectamente relacionados con el vestido, el cuerpo y el sexo. De hecho, lo más relevante, lo más diferenciador es el establecimiento y generalización de una rigidísima normativa moral que incluye desde la simple negación del cuerpo a la más rotunda condena de todo atisbo de sexualidad. El prototipo fue la moral victoriana. El relevo, especialmente en los países latinos, lo tomó la moral católica.

Es durante el siglo XX cuando han tenido lugar los cambios y transformaciones sociales y culturales más relevantes de las últimas centurias. A partir de su segunda mitad ya puede hablarse de una auténtica cultura adolescente. El adolescente se siente parte de ella y en su seno encuentra identidad, satisfacción y autoestima. Por supuesto que aquellos cambios o transformaciones han afectado intensa y profundamente a la concepción del cuerpo que tiene todo el mundo, adolescentes o adultos, e incluso niños. La libertad ha empapado las creencias generales sobre el cuerpo y las reglas que lo valoran y rigen (por supuesto, en las sociedades desarrolladas aún se mantienen amplias minorías enclaustradas en el pensamiento «tradicional»). La vestimenta actual nada tiene que ver con la de hace unas décadas. La exposición pública del cuerpo es más norma que

excepción. La preocupación por su estética ha llegado a hacerse obsesiva, ansiógena. Pero se trata de una estética, especialmente la femenina, la que siguen las adolescentes, muy peculiar, muy dictada por unas modas históricamente nuevas: la delgadez a ultranza (aunque últimamente con senos bien desarrollados). Los varones siguen con sus ideales corporales de siempre, pero ahora más extremados: el máximo desarrollo muscular posible es condición indispensable para la exposición del cuerpo que tan asiduamente se cultiva.

Y los aires de libertad, es decir, de tolerancia, han alcanzado de pleno la sexualidad de los y las adolescentes. Conviven mucho más entre ellos, lo hacen a edades cada vez más tempranas, se relacionan sexualmente con notable intimidad y frecuencia y, claro está, incurren en algunos riesgos evitables.

Pero el uso de vestidos que conllevan exposición del cuerpo, la persecución de siluetas corporales ideales, la desmitificación de la virginidad y de los riesgos de la masturbación, la mayor y más frecuente actividad sexual, ¿ha hecho todo ello más felices a nuestros adolescentes? Es difícil contestar a esta pregunta. Analizando la cuestión, los pros y contras son evidentes. Por un lado, eliminar sentimientos de culpa, conducirse con mayor espontaneidad en las relaciones personales entre chicos y chicas, no estar sometidos en estas materias a los estrictos controles y prohibiciones de otras épocas, obtener gratificaciones sexuales, afectivas y personales antes inalcanzables a esas edades, son otras tantas experiencias que conllevan satisfacciones y, por tanto, sin duda deben pesar en la cesta de lo positivo. Pero, por otro lado, entre los y las adolescentes se ha potenciado enormemente la preocupación por el cuerpo, incrementándose los niveles de insatisfacción corporal y los de ansiedad social referida al cuerpo. Los intentos de modificar la silueta *como sea* para dejar de sufrir están complicando la vida de muchas y muchos adolescentes. Además, en la práctica del sexo no todo es gratificante ni de color de rosa: los riesgos son bastantes y las relaciones afectivas que se implican en esa práctica no siempre son placenteras.

Hemos reiterado que las mujeres en general, y las chicas adolescentes en particular, son las que han experimentado un cambio más radical. Son ellas, mucho más que los varones, quienes han recibido más atención por parte de los estudiosos del tema. «Hoy, muchas adolescentes están preocupadas por los contornos de sus cuerpos —especialmente forma, volumen y tono muscular— porque creen que el cuerpo es la última expresión del yo» [1]. Joan Jacobs Brumberg, quizá la más importante estudiosa actual de estos temas, concreta en esta frase el problema, a veces el drama, que viven muchas, la mayor parte, de nuestras adolescentes. Su yo, su identidad, su autoimagen, están fuerte y estrechamente identificados con su cuerpo, es decir, con el cuerpo que creen perciben los demás, o sea, con su imagen corporal. Y eso no es bueno.

Esta asociación del yo con el cuerpo, determinada por una potente presión social, sobreviene a la adolescente en una fase de su vida en que, por un lado, está experimentando un cambio dramático en su anatomía, su silueta, y, por otro, está

buscando en qué ha de consistir su nueva identidad, su papel de adulta. Una identidad y un papel que, por supuesto, deben ser femeninos. El riesgo que corre es identificar feminidad con un determinado tipo de cuerpo. Y sufrir por ello. No olvidemos que todos estos cambios, ilusiones y pesares son vividos por muchachas cuya pubertad se inició a edades más tempranas que las de generaciones anteriores, es decir, siendo menos maduras cognitivamente.

Naciendo y viviendo en esta sociedad han aprendido y aprenden, incluso de sus madres, que la feminidad moderna (que no el feminismo) requiere algún grado de exhibicionismo corporal [2]. También pueden aceptar convertirse, aunque sea parcialmente, en una variante de objeto decorativo. Desarrollarse como mujer parece ser sobre todo hacerse con un cuerpo, pero no con un cuerpo cualquiera, sino uno que satisfaga los criterios impuestos por una sociedad cada vez menos humanista, cada vez más materialista, hedonista y consumista. Para satisfacer estos criterios, creen, es necesario modificar el cuerpo, tarea esta que sólo puede llevarse a cabo sin riesgos si el cuerpo es *realmente modificable.* La sociedad que ha establecido los criterios que deben regir la estética corporal es la misma que ha demostrado de mil formas, muchas de ellas aberrantes (es decir, de riesgo), que el cuerpo es modificable: dietas, pastillas, cremas, *fitness,* cirugía...

Si mi cuerpo, de chico o de chica, de varón o de mujer, es modificable y debo modificarlo (para gustarme y gustar, para aceptarme y sentirme aceptado/a, para estar tranquila/a), mi cuerpo debe integrarse en mi *proyecto de vida.* Es un objetivo más, pero no uno cualquiera, cuya consecución debe ser planeada, programada, proyectada. Los adolescentes actuales, con un cuerpo en desarrollo, percibiéndolo, valorándolo, se sienten inmersos en esta corriente de criterios, actitudes y tomas de decisión. Su cuerpo, el cuerpo que debieran tener, se convierte y constituye en una piedra angular de su identidad.

Psicólogos y sociólogos tienen en este tema un amplio campo de estudio. Pero son los educadores, familiares o profesionales, los que tienen que tomar buena nota de por dónde discurren los adolescentes, y su mundo (que es en gran parte el nuestro), y sus inquietudes. Y obrar en consecuencia.

REFERENCIAS

[1] Brumberg, J. J. (1997). *The body project. An intimate history of American girls.* Nueva York: Vintage.

[2] Freedman, R. (1986). *Beauty bound.* Lexington, Mass.: Lexington Books.

Edición en formato digital: enero de 2013

Director: Francisco J. Labrador

Calle Juan Ignacio Luca de Tena, 15
28027 Madrid
piramide@anaya.es

ISBN ebook: 978-84-368-2843-6

Conversión a formato digital: REGA

www.edicionespiramide.es

Índice